

ברוך תנול

יותר מברווז - פחות מברווז



ברוך מעודן עסיסי ודל שומן

יותר בשר, יותר טעים

רצ"ר סגלל הוא חתונה טעימה במטבח הישראלי, זהו ברוח
בבשר עסיסי ורך, וטעמו המעולה הוא חגיגה לחיד, בפרט סגלל
ש יותר בשר מאשר בברוה ורגל וכן חמנות ושנות יותר

פחות שומן (רצוי מבהיר): הפחות עצמות

לסעודתם וזו היתה פסגתן צרפתה או סימל
לפסגתה של פסגתה

התחלנו לכתוב את הספר הזה כשהיינו צעירים וחסרי ניסיון. כיום, כשהיינו זקנים ובעלי ניסיון, אנחנו יכולים לומר: הספר הזה הוא פרי ניסיון רב. אנחנו יכולים לומר: הספר הזה הוא פרי ניסיון רב. אנחנו יכולים לומר: הספר הזה הוא פרי ניסיון רב.

סניף
עיר חאליף

השער: יפה ושמה מוסוליני

נחש חמוד שלי

דיאנה שמאחורי הכותרות

צלילים של סבון

מה קורה מתחת לסד"ן

מעד'יב

ברנזים רגילים

**J'AI
LE
CANARD
DE
BARBARIE**

המסע

**פסטיבל הפולקלור
הבינלאומי ה-7**

חגיגות הקיץ בחיפה
 קונצרט מנגינות קיץ • פסטיבל מוזיקה • במות בידור
 • קרנבל חיות ומוסיקה • פסטיבל מחולות
 • בינלאומי • טיולים מודרכים בעיר חינום
 • אירועים בחופי הים • חגיגה ברחובות העיר
בספטמבר – פסטיבל הסרטים.

**הנחות בכתי המלון
25%-50% הנחה**

לשוקים 3 לילות במלונות הנשתתפים
ממבע, לילה רביעי חינו (ילד עד גיל 12 ע"ח
המית). טיולים חינו באוטובוסים לכפר
הדוזים, יערות הכרמל ועין חוד. פעילויות
רבות במלון - תצפיות אופק, ערבי עמים
ועוד. כניסה חינו למוזיאונים בעיר.

הנחות בכל העיר
פנקס הנחות בכל העיר למתארחים במלונות המבצע. הנחות בשרותיבידור, מסיעות טאבים, השכרת רכב, סיורי "אגד תיור" בצפון תיאטרון, סינמטק סקווש ועוד ...

חיפה

זה קורה עכשיו בחיפה. חוף מזהב, אתרי טיול וקוסמים
מוזיאונים, תערוכות, ארועי חוצות, מרכזי קניות חדישים
וכמו כן מרכז המלון.
בואו עכשיו לחופשה בחיפה.

מחיר המכצע לק"ץ '88

★★★★
שולמית
טל. 242811
64 ש"ח

★★★★
נוף
טל. 388731
70 ש"ח

★★★★★
דן פנורמה
טל. 352222
77 ש"ח

דו"ח חלל
טל 3861192
ש"ח 102

254355 טל. ש"ח 34 ** מרום - 521278 טל. ש"ח 35 *** כרמליה - 38916 טל. ש"ח 42 *

מסעוד ה"ירור המ" לעוד תירות מנס • עירית חיפה • אגודה לפיתוח תירות חיפה • התאחדות בתי העלון בחיפה.

עם כל קניה של סרט צילום
פוגי HR SUPER תקבל חינם אלבום
תמונות מיוחד (לבחירתך 5 תמונות
שער שונות).

פוגי' SUPER HR סרט הצילום
היפני, שפרץ קדימה והשאיר את כל
מתחריו מאחור.

הפנתי את כל המסמכים
מתחריו מאחור.
פוגי SUPER HR - סרט הצילום של
הצלמים המקצועיים.
סרט הצילום שלך

פוגי' HR SUPER סרט הצילום שלך
- מהתמונה הראשונה.
אל תשכח לדרוש את האלבום בזמן
קניית הסרט.



FUJICOLOR
SUPER HR 100·200·400.

FUJI FILM

עם כל סוס ב
פוג'ו

סרט הצילום המפותח ביותר בעולם

هنا من الفضل

בהגרלה הראשונה זכו בסכומות יהלום:

יהודית בוזניק - חיפה
אסתר ברוט - חיפה
גלוריה גדליה - בתים
אירית סולמון - ראשון לציון
תמר וגר - תל אביב
שרי הינס - רעננה



טבעת יהלום בכל יום

במבצע הקיץ של סנפרוסט

SF
סנפרוסט
טרי יותר מטרי

באיזו טבעת את בוחרת, גברתי?

כן, גם זוכה וגם בוחרת! כל מי שתזכה בטבעת תוכל לבחור לעצמה אחת מתוך מבחר דגמים אופנתיים ומאוד מאוד מחמיאים, במרכז היהלומים ברמת גן. וגם אתה, אחי, יכול לזכות בטבעת! לך אתה, לך אתה, לך אתה! (הענק אותה במתנה לך, סנפרוסט סומכת על טעמך). כל חסבות עשויות זהב 18 קרט ומשובצות ביהלום סולטר רבע קרט!

לאצבעות שמגישות סנפרוסט מגיע לעמוד טבעת יהלום!

סנפרוסט עושה לך קצת קל, מה, טעים - ועכשיו גם אלגנטי! במבצע הקיץ של סנפרוסט יוגרלו 48 טבעות יהלום - 8 טבעות בכל שבוע. השתתפי במבצע ותוכלי גם ליהנות מאחריות סנפרוסט הנפלאה וגם לזכות בטבעת יהלום יפה ואופנתית!

את תקני הולבט ניתן להשיג במשרד ההרשום ובמשרד אגף השיווק של סנפרוסט. ההשתתפות במבצע אסורה על עובדי סנפרוסט, יחידים מערכת הדפוס ובעלי מניות.

ומה עליך לעשות כדי לזכות?

- הכניסי לתוך מעטפה 4 אירויות ויקות של מוצרי סנפרוסט (לפחות אחת של לקטיס).
- צייני על גבי המעטפה את פרטייך האישיים (שם, כתובת ומס' טלפון) והשלמי את הסכומא סנפרוסט טרי יותר - 2228, אשרדו 77121.
- המעטפה לסנפרוסט, ת.ד. 2228, אשרדו 77121.
- מספר המעטפות אינם מוגבל. ככל שתשלחי יותר מעטפות יגדלו סיכויי לזכות!
- המבצע יתקיים בתאריכים 3.8.88-31.7.88.
- בתקופת המבצע תתקיים הגרלה כל שבוע.
- בכל הגרלה יגרלו 8 טבעות מבין המעטפות שיגיעו באותו שבוע (בפסוק לזכרון המבצע).

כותבים לנו

ער החתונה בכי מין

רועי ים בחורים רציניים, רגילים, כנים, מסורים, חביבים, נעים, חסות, שאינם מחמישים מין אפילו ער החתונה ומעוניינים ביצירת קשר חם ונכון ונכון קן משפחתי מאושר. רוגמה נלך זה אני

כמו שקשה לראות בחירות כאלה, לגלות אותן, כי אינן מורגשות, כך גם קשה לגלות אותן. גם אנחנו לא מריבים להסתובב במקומות ההמוניים (ריסקוסקים וכד') כך שהבחירות ראות רק את "הטורפים" שבגברים, ולא ראות גם את הטוב. וכך נוצר הדימוי הכללי לגבי הגברים.

מי אמר שאנו צריכים להיות הזמים ולהתאכזב האם זה חוק טבע? אלה הסיבות, שלרעתי, יצירות את הקשיים אצל שני הגדרים המוכרים באמת ולא עקב חוסר כשרון לחור, היעדר הפעם מכובדת, חוסר כוונות רציניות וכל, למחות של הגברים שאני נמנה עימם.

ג.ב. רוזק, 27, תיא (העריכים במערכת)

דעה אחרת

בורות לחתונות הבגרות

1. טל וילמנד "נולח" את החולי העיקרי במערכת החינוך: בחינות הבגרות. ב"דעה אחרת" "סגנון" מיום 8 ביוני מבצע האורח המדבר את בעולו, כי אילו היו מתבטלות בחינות הבגרות היו התלמידים לומדים טוב יותר. התלמידים יאהבו יותר, מן הסתם, את בתי הספר שלהם והמורים - את מעבידיהם, שהורידו מהם שטח עבודה מייגע.

אי מקוה כי בחינות הבגרות לא יבוטלו. הן לא יבוטלו, קודם כל, מפני שזו הדרך היחידה כמעט להבטיח כי התלמידים ילמדו בציונות את חומר הלימוד הנדרש מהם, וכן משום שאין אמצעי בזק יותר לבדוק באופן אובייקטיבי, חסר פניות לחלוטין, את רמת הידע וההישגים הלימודיים של בני-הנוער בסיימם את לימודיהם התיכוניים. החלטה על ביטול הבחינות תפגע בראש ובראשונה דווקא בגורים שינאל וילמנד מבקש לדאוג להם: תלמידים משכבות אכילוסיה חלשות. אלה יהיו הראשונים, שדרכם בעבודה ובלימודים תחסם ללא תועלת בגרות שוויונית. מכאן לפרומה שההיגיון השורר נכון במתכונת בחינות הבגרות. גם זו, שתופעל החל מתש"ן, תועדה למעט מבני כל השכבות באוכלוסיית התלמידים אכילה, מהדגש ואבדן מתייבצות להמשך לימודים אקדמיים. כל-כך למה אין זה סוד שחידות היתר שניתנה עד כה לתלמידים, עד כדי כך שכל תלמיד יכול היה לקבוע את מתכונת הבחינות האישית שלו, נרמה לזיכרית המה. התלמידים, מוכשרים יותר או פחות, העדיפו לכתוב עבודתהגו על מצב המוסר מאשר על חולדות עם ישראל בדרות האחרונות. כך הגיעו לאוניברסיטאות תלמידים עם ידע מתמטע וחלק. מצב זה גרם לכך שהאוניברסיטאות הדיעו לבגרי צבא לוגיקטים כי שיעי האוניברסיטאות נעולים במיניהם, בגלל הרכבה של תועדות הבגרות שבידיהם. לחדרי במשרד החינוך הגיעו בשנים האחרונות צעירים במידים ובכו, ממש בכו, על כך שמערכת החינוך חליכה אותם שולל בשל כך.

וזאת ועוד: נוכח הידיעה ברמתה של תועדות הבגרות שקלו האוניברסיטאות לבטל את ההכרה בהן ולהתרכז במקומן בחינות מניסה חד-צדדיות. בחינות כאלה, שהיו נערכות אחרי שרוב הצעירים מילאו את חובתם בגלל ובשרות לאומי וכבר הספיקו אלו לזכות חלק מהידיע שרכשו בבית הספר, היו מנוחיות סבדריות על מאמצי מערכת החינוך לצמצום פגרים. בתוך עמי אני יושב ואין לי ספק מי היו הראשונים שבוחרות כניסה אוניברסיטאיות היו חוסמות את דרכם ללימודים גבוהים. במצב דברים זה בחן שר החינוך והתשובות את כל האלטרנטיבות האפשריות והגיע למסקנה, כי כדי לשמור על כך שבני כל השכבות יגיעו לאוניברסיטאות, יש לעצור את עורף הבחירה של התלמידים ולהעלות את הרמה הכללית תוך כדי מתן סיוע מיוחד לתלמידים מתקשים.

כל החלטה אחרת היתה מוגעת לא רק לתלמידים עצמם אלא מבנה הישראלית כולה שכן התמשרות על רמה נמוכה בבחינות הבגרות כמנה כושלמה עם ביוניות. מי שדולג בביוניות כינדר חנוכי - שיקום.

ישראל כהן
 דובר משרד החינוך והתרבות

לא זורקת

כרגע אני מסדרת את המגירות העמסות עתן "סגנון" מלפני שנה ויותר. אני יושבת כבר כמה שעות וקוראת בענין רב וקשה לי לזרוק את העתון הזה. רציתי להודות לכם מקרב לב. אני חושבת ונסוחה שהעתון תורם תרומה משמעותית לאיכות החיים מה בארץ.

כתובת אחת-אחת סוכות העצות - מצויינותו ואפילו בתחומים הכי אינטימיים. ניסיתי אותו או רציתי להודות לכם - ואנא המשיכו להוציא כי הוא פשוט עושה לי את יום רביעי יום חג, ואני לא מנישה האצטני ליל בחורה. ושוב ישר כוח לעושים במלאכה.

אורנה דרעבול
 רמת-גן

הנחה ב"זהבי"

כאם לחמש נהנת ומכתנרבת בתנועת "זהבי" - זכיות המשפחה ברוכות וילדים, שמחתי לקרוא על ההנחה ב-50% בקייטנות התינוקות. ברצוני לציין במני המעוניינים את הטלפון של משרדי "זהבי": 283874-03. הכתובת: רח' המלך דוד' 26, תל-אביב.

תל-אביב
 מרים רוז

אומץ של אשה עקרה

כ"סגנון" מס' 208 התפרסם ידידי של אשה עקרה שחיפשה ומצאה גבר עקי ונישאה לו. כל הכבוד לאומץ הזה. אני מכירה עוד נשים עקרות שהיו רוצות בכך, אבל ממחזות להודות. זה חשוב. וילחץ.

א.ק. מתל-אביב

א.ק. שמכתבך "הבחורות של פעם" מורסם ב"סגנון" מס' 207, אנא התקשרי עם המערכת.

סגנון

12-14

ננת בן יהושע:
 למכור סטון בצלילים

16-17

נעם שדמי:
 נחש חמוד שלי

20

יוסף למיד:
 חתונת של עומי

26

הלמה אדמוין:
 מה קורה מוחלת לסדין

29

וילי שחק בוממן:
 אלמנות מהורות

34-35

יהודית חנוך:
 רבי-חובל סורג

36

מעירה שגור:
 אמה של מנסיונים

38-39

דיאנה שמאחורי הכתובת

עורכת:
 חמר אביד ו'אירה עיי
 עיצוב ומיכאל רופין
 דפוס: אדלר, רח' בוגי
 מודעות: וילה עשירד, טיבה בגלי
 מלפס: 439474 (03)
 מוכרת הפקד: בוחי אבישי
 מלפס: 439226 (03)
 כל הזכויות שמורות למערכת ©

סיפור השער:

אלסנדרה מוסלית, 26, רגילה ששואלים אותה על הקירבה שלה למסלילי, כן, היא נכדתה ברו של בן הצעיר של הדוצ'ה אבל יש לה יחוס יפה יותר: אמה, מריה צ'יסקלנה, היא אחותה של סרפיה לוק. נשבע לבגרי אחרת. מגיל 11 היא מפלשת דרכה אל עולם הבד. הגיעה להוליווד. עכשיו היא בקשר עם מפיק ישראלי. צילמה: נאמא.

במבצע

טריקו מודפס רק 10 ש"ח - א' במבחר
אריגים מודפסים רק 15 ש"ח - א' עוק

שימו לב! חתולשי חורף
 10% הנחה על כל קנייה
 מעל 50 ש"ח
 בקומת 2
 פתוח בימינו
 9:00-19:00
 כולל יום 2
 מדרחוב נחלת בנימין 14
 ת"א טל' 656803-03

רש"ט, 28/11/81

אריה יאס סדר חייב להיות

פטר להציץ בבקשה לרצונו בעיתון? ביקשתי בשיא הניגוש והתחשבות מנהל המזנון שיענינו וזה מנהל לפניו, עד ארץ חלון המזנון, מפעל ההנהל.

"קח", אמר קצרות האיש עם השפם לקוחי. במחיצות שאי עברתי על העמודים המכונים וכוונתי שלא מצאתי את מה שהישישתי, העזרתי את העיתון למקומי. עוד לפני הרמזור הקרוב. וכאן התחיל העניין. מרוב רצון שלא להשתמש לו בעיתון יותר מדי, לא התמדת על קישל העיתון טיפשות. אחם יוריעים, אספנים את כל החלקים איכשהו יחד. אחרי הכל, כשר הכל עיתון, לא יהיה בקופסתו זה ולא אתרונת למוכת. ובהנה המושפם נטל את העיתון, וכשהוא אחת בנה בעזרת מרשקיו החל בטקס קישול העיתון על כל כללי ודקדוקיו. כל קשל לקשלו. והתבעה על גפיו היתה של אותו יוריעישה.

המסקנה עד שרשי נשפתי המבולגנת. "תן לי", הצעתי בנימוס חרישי, "תן לי ואקפל לך אותו כמו שצריך, בבקשה וסליחה ואני מצטער".

האיש הניח במחיצות, כאילו נבהל מאיוו קיעת רבדורה "לא, לא צריך. אתה אל תקשל". כאילו אמר מבדיר אתה כבר, בדיקטיס יפה. נפש. קרדם מלקלל, אחר כך רוצה לתקן. ואני לא ידעתי את נפשי מרוב חרטה. שכבה יעש לבנאדם. יציגו אותו קבל מניח ואוסר למעצמנו בלגניותו.

אני מנסה, נשבע שאני מנסה להראגרו קעה. לא הולך. רור שני לשואת מה לעשות. סדר מרדקס נראה לי לא ראוי. תוכנית מאושרת, "אורדונג מוסט ויין". סדר חייב להיות, אמר הנאצים וצרכו לכל אחד מספר סידורי ביד.

אין מה לעשות. בלגול הנכונת אני אמשיך לרשום כל מיני מספרי טלפון על מחקים קטנים, למרות כל הנאמרים והמאמרים שטונים לי בתור מחנה. בחקוה שאני את הרמ. אני לא מכין. חרץ מה עשית הצענאלאן אני מסתיר הרבה יותר טוב מאשר כמה מירידי השוכים ביותר, שיש להם מפקדים יפים עם ציור של השלישי על העטיפה, והם הולכים תמיד לאיבוד, או שהיה קרע.

בגלול הנכונת אני אמשיך להמשיך ולבקש מליחה בכל פעם שתעודר בי השר הקסן לבגלן לאיזה חולדסרד את החיים. לא, לא משהו רציני. יש לי ידיה טובה, שאנאל הכל מנה כשר למישרד המטבילי הקסר ירוב. חרדו גם יחד. אשילו צגצנת התבלינים מסודרת אצלה כל אחת עם המחק שעליה לכיוון השמש העולה ואין לו למי משדיו אותן במילימטר. והצפה אצלה מסוכנת להליכה כל כך מבדירה ומחודרת ומחליקה. חשולתו וכל מה שעליו עומדים כשר מנתה לוככות כמוריאון השומר על הסדר המזיק של שולחני של לאוי ה'14, כמו גרוד מרכבה. קרש זה. לראותם בלתי לא עשן שפתי לב, שלאחר שהחתי את הכות כחצי מילימטר מימנה, שעה שהצנתי אותה שוב על חשולת, קיבלה ירדתי ממש זוגי בעיניים, ומכאן ואילך יכולתי לרדב על כל נושא שנקלע, איש לא האזין. ירדתי היתה בעולם אחר. עולם מצדדנה ומאדיר ומאדיר, בו כל בוש במשקלה וכל מולג מנה חורה ליד הנחלת בחיית הצבונה. כי זה מה שהשוכ בחיים הסדר, אלוהים ירדע למה דרוקס באותן דקות מתעורר בי השד הקסן. לא כמובן, מכוכב, אבל לגמרי במקרה נשפך לי מעט יין על המפה, הכשר מתחיל לו מנת לשולחן שם אורב לו הכל, החלט נוח לי על הכרטיס והקפה מכלא את החלוצית שמתחנתי.



ארם בוכווארד
מעם של פעם

רבי הנפלא ביותר בקשר לטיטוס כימניו הוא, שכן נחנת לאשים טעם של פעם - איך הרגישו הטייטס של מלחמה העולם השני.

כשישבתי כחף מעל מסעודי שלי, באזור ההמתנה של גמל הצעופה, כותב מכתב פרידה לרעייתי, ראיתי את גרנדי פק במי מקד הקבלה של אחת מחברות התעופה, צועד לעבר שנה האולם.

"הקשב" צעק מישות.

"עשור נוח", אמר פק. הוא לקח מקל קסן וגולל את מפת שרי התעופה. "נוסעים, אני נמצא כאן כדי לתרד אתכם על הצנח. את המור, והחוצה קדיין לא בירדה. שימו לב. אתם נמצאים כאן", הצביע לעבר שער ג. "המטוס שלכם שם".

"איפה זה שם, המפקד?"

"אתם לא יכולים לראות אותו על המפה, אבל בזמן שאנחנו מריבים, גורדים אותו להאגרו, מפני שלא עבר את הביקורת".

"אז כמה נוסט?"

פק הצביע על המפה. "הנה מטוס שמגיע מפיניאלים, בכיוון השעה 12. אנחנו מקדים שגיע לכאן ב-10:00, ויהיה מתורלק ומוכן לתוחה עד 04:00. יח זמן ההמראה המידורי".

"לא, כי למטוס הזה אין צוות. הצוות פתח בשביחה בדיקטיס".

"אז איך נגריא?"

פק סקד במבט את כולנו. "יש כאן מישות שידור להטס מטוס סילון".

איש לא דרם יין, ופק אמר: "אז שניים סכם יצטרכו ללמד איך".

"המפקד, אתה לא יכול לייס עור איש צוות שיטיס אלוהי".

"אש"הצוות היחידים שטונים עכשיו לא יכולים לזעזע לבא, כי אין מקום במגרש הציפה של העובדים ביקשתי מהמטה במקסום למסך לנו צוות ירכיב, אבל

אני, כמובן, מסמיק עד הציפורניים. מתנצל, מבקש אלמי סליחות ומנסה לעזור כתישן הנק. הצדה היא רק שכל נסין שכזה נרד אחרי עוד כמה פאשלות. מה נופלה כוס מהשולחן כיוון שמשכתי במפה, ושם מונקת החתולה לעבר העונה ומלקקת את הקצפת. אי פעם לא משעמם. תמיד קרה לי משהו אצל האנשים שהסדר הטוב הוא כל חייהם. אני אשילו משוכנע שהאלוהים הטוב, שדואג שיהיה איוון וסדר טוב בעולמו, הוא זה המשרד בינם לבניו. שיהיה להם ולי מה לעשות בחיים... ■

פק אמר בקשיות: "מספיק עם הדמעות. אני רוצה שכולם כאן יתנהגו כמו נוסעים מאומנים. כשרשפתם, אין אחד לא הנכני לכך שהסיסה תהיה פיקניק. אם אתם משתמנים ולא רוצים לצאת למשימות שלנו, אתם יכולים להתוודי את כנפיים ברלפס הכרטיסים".

"המפקד, אנחנו אחריך באש ובמים", אמרתי.

"גם אילו היה לי עכשיו צוות", אמר לנו פק, "לא הייתי מעלה את אחרי מכס על המטוס".

"למה לא?"

"אין שער למטוס. הכל מתום, מפה עד שיקוף".

"אז מה נעשה?"

"ביקשתי מהכומר של חברת התעופה לומר כמה מילים לכל אחד מכם. אולי אין לנו מספיק טייסים, אבל אנחנו עובדים הכמרים הטובים ביותר בענף. טוב, אז נגמרו עם תרדוד הבוקר. אני רוצה לראות את כולם כאן בחורה בשעה 04:00, למכור מוג האוויר".

"אין כל שום חרשות שיעלו לנו את המורל?"

"וכבר רק רבד אחר: לחכות למש שעות למטוס שמאחר, זה עסק מלוכלך - אבל מישות הרי מוכרח לעשות את זה". ■

אביבה מץ שווייטס

אורדנה הגענו לחיפה בעינינו עבודה חשה באביב זה משהו מיוחד וכליך החלחנה מהפריחה וכל הירוק הזה מסביב שאיכרנו את השירשית עם והאראות המוריקות ולא וכונו איד מניעים לטכניון. באחד ההרובות המתפתלים בטכניון נהה שאנו, החלטנו שהגיע הזמן להיעזר במישהו מקומי. לפני ארד המאזרים, שהיה באותה עת ארום באופן מחלט, האשנו ליד נהב מניח מיע עם שפם. הגבי שלידי פתח את החולק ואני, אני מרגישה - אני, התכופתי לגנב המזנון ושאלתי: "סליחה, איפה כאן הטכניון?"

הנהג היה במצב רוח משופר, הוא אשילו חיר, גם פתח את החולק לרווחה ופנה מעל לראשי, ישירות לבגד: "סע אחרי", פק קצת בולבול, כאילו אמר: "מגיע לך להיות מברטוט אתם אתה מסכים שאשה תוביל אותך".

אולי, חשבתי, הוא לא שם לב שהנהג יושב במושב של "האין נהג", ואולי, אמרתי לעצמי, הוא משוט עיין בצומת הבא עצר נהג המזנון והנכיב שלנו את ריכבו במקביל לשלנו. שוב פתח את החולק, לא העיף מבט אחד קסן לעברי, כאילו שבמקום מושבי נגעי חלל, פנה אל הו שישב ליד האשר בגוש שני וכד: "שמעתי, סע רמור, רמור, תפנה השנית תפנה מימנה אחר כך יש ישר תגיע לטכניון". התפעם כבר הייתי בטוחה שזה לא מעייפות. רכב גבד אל גבד והא מוכן להסביר ולחל רעיונות. אשה ליד הנהג זה כבר רבד אחר. ■



האם ב-1988 היית קונה מזרון עם קפיצים?

השינה האידיאלית פולסירן

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

כשהחליטים לפולסירן אורטופדי כבר לא צריך יותר להתחיל מזרון. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

היום כבר אין ספק. מזרונים הקפיצים הולכים ונעלמים. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

המזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.

בעולם עובדים למזרונות בריאות אורטופדיים ללא קפיצים

מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה. מזרון פולסירן - דרך זו נמצא 30 שנה לפני המלחמה.



שוקי ודורית. הרי את מקורעות.
צילום: עופר קרני.

צמוד צמוד

צמד על תבונה מה בחיים, זה לא סיפור יוצא דופן, אבל תומקמקרה על הצמד שוקי ודוית, תואו בחוללד ד מפתיס, אפילו איתותס. א ככה: הם כבר שרים ביחד בעדן 10 שנים. הכיר כשעלמדו במדרש למורים ושירי ותרשות, שחקליתו ביחד היה "גן ועל" משואו הם לא מפסיקים לחזות בכל תורן, הם גם יוצאים תקליט אחד ותשני כבר בחדך.

[illegible]

דם ואש ותמרות

על

נל בית שניאנסון,
מסטיקאות מרמזגן,
אלמנט של טובה שניאנסון
ממשפחת חרבי מלובבין, תלבי
פברואר. נפשות אורח עד
ביתא, רב בעבודת אלהים מלא
או לאינפואדה. את הסוף של מה
נקרא "תורת סוד מרומות",
והיא אל ראיה אל. אמרה שמכב
רק ילד ויורש. דיברה על אסונות
אנדרויד על תקופה קשה מאד
לעם ישראל.

“אני רואה חרבה אש, המון
לחבות בכל המדינה. אני רואה
גזים באוויר, אסונות שקשורים
בגזים”, היא אמרה. זה היה



חזיק דיין. הצליחו להפחיע אותה. צילום: שופר קד.

בעיצומו של החורף, ומי חשב אז על מנת שהשיטות. אז היה גם לפני מתקפת הגוים של עורקא על איראן, שהביאה לכאן מדינות חדשה לא מוכרת במזרח, והיא וינאד, דורגו מתוכם השטחים. הוואדית, כלכסד, היא אמרה ועדיין אמרת, לא תתקיימה במזרח. "כי המבט הלא היה קשה שתיחיה אזי ועדו קדוהות. אז אולי בחירות מסוג אחר, שכל כמיריין כאן". אז נכשלו. אחרי מבצעים

זו כנשיא, אחריה בקבוקי
 תהנובה דאחור סלסול ותאבנים
 המתעטפות לא רק בעלז ובזדה,
 היא בקיעה אם אפשר, תחביר
 שוב את המסר של חלם ישראל.
 תנועה וזה מלבסם ביקורו על
 קיום הדיבר "ואהבת לדעך
 כמוך", זה הכל אמר, אכל
 חרות תנוהו. ואחורו כבר בקיעה
 היסס, היא אומרת, לא את חלם
 ימסר את שנתה תחנם ויתלכד,
 אפשר אולי יתר לעבד ויתר
 בקלות את חלמים המארים שער
 מצפיה. לא, כל דוריה, כך שהיה
 כאן עד כנשיא, זה אורק דוממה
 למחשבת יחיה, אם לא נוסח
 לעשות משור בינור. ■

אוכל למכירים

מדבר כאן לא רק באובדן, אלא
במחשבות, במחשבות צלילות
המחפרות, המסבחות את חג
הזלזוליבינו, את חפזו ומבטו,
למקום מזהים. הקודש של
החג, המצו, המצו של החתונה
שבוטרוהו, המצו של שייחם אל
קומאחשי, שחשבתם קולגית
ברוש ותחת זלזוליבינו שייחמינו
בשם שטחיונינו שייחמינו
אמנם לא בכך לא יעשה חדש,
אבל את המחשבות הישמינו לא חג
הקודש יקבע, את המחשבות
המחפרות, המסבחות את חג
הזלזוליבינו, את חפזו ומבטו,
למקום מזהים. הקודש של
החג, המצו, המצו של החתונה
שבוטרוהו, המצו של שייחם אל
קומאחשי, שחשבתם קולגית
ברוש ותחת זלזוליבינו שייחמינו
בשם שטחיונינו שייחמינו



בוצי וייר, גם הוא הופתע, מה לעשות.

40 17

ס למפקד חז"ל, תא"ל בוגי
 יוניר, מלאו שבועות עשרון
 ויום אותו השתערו במסיבה.
 ההתנהגות אליה נהרו החברים מכל
 קצות הארץ, והתרחשה "בקתה"
 בחדר-אירובי. יוניר הוא מקיבוץ
 דגניה א', ולקייבובניקים
 מסבובניקים. מהעמק נוסעו
 הארץ היה יצחק נאח בשמחה
 חזרת. כל ארדן שלם בבטיסה 15
 ש"ח, כשיכול את הוצאות המזון,
 השתיה וההפתעה; שמונה
 עמסות בלונים שירקדה מסביב
 יוניר.

החברים מהעמק, ידועים כמי
שאוהבים לשיר ולשמות. אז
במסיבה הזאת, שתי ושירי הרבה
שעות. בין היתר, אפשר היה
לפגוש שם את אלון פיקר דרום,
איציק מרדכי ואת מקום 38
ברשימת המעמד לכנסת, ראש
מועצת כפר תבור, מיכאל גולדמן.



אין קומרובסקי ואורחות מיכל. צילום: אידית רותם.

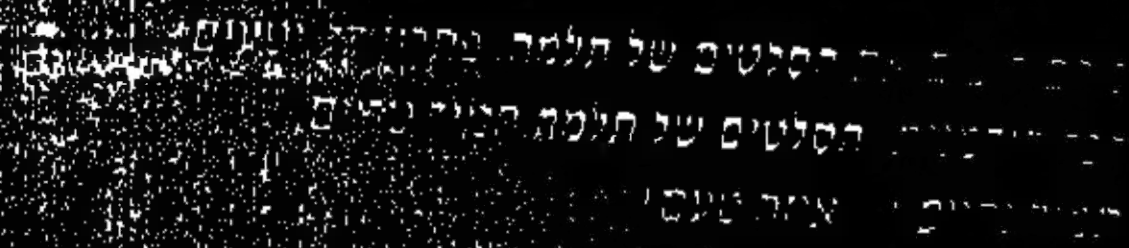


שאלונו חסידי

[illegible]

מִעַם אֶחָד קִדְמָה

התאחדות



קלויס 3728

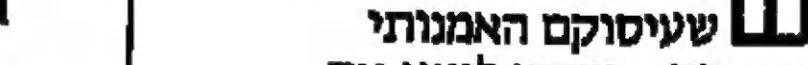


בסדר ובנקיון

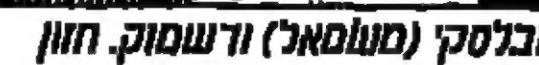
هكذا من الضحايا

על השוקולד הסביבתי מוצג
סמ"ד ויל ממני, חיצני, בוגר ויציץ
קודה, ש"במקום לזכור את
הציגיות של לשוב את
ננו ול כא עידוד לחיצות מותם
ננו ול כא חוב שבו. סמ"ד להלחל
טוב למדינתם גם בימים שצה"ל
סוקק בדברים חשובים יותר
ומזו, לא, בעצם - לא שוחט
את הדברים הקטנים שעושים את
החיים עומלים יותר. ■

10



זענען גברים

[illegible]

נשוי מוסע הרחוב "תופת דודים". על פי שמואל בן

אחד, ברחבת התיאטרון, ועומדת
לחולת בצצנות. רובם גם
השתתפו בסדרה למשחק שערכה
משחקין לשחקני ישראל, וכיוון
שהם רואים עצמם כמשמשים
בקורס ואת משחקין כבנות
ההדולה של התיאטרון התכשווי,
היה חשוב להם במיוחד לשמוע
את דעתו. ממשחקין, בעלת
הזכוין המדמים, זכרה כל אחד
בשמו, התיבה היווין חם ונעה
ללקחה את בירכתה. ומתמחה
שלה שווה אלף מיליון של
אחרים... ■

מאבק נגד הימורה



על התמונה הוא אפשר לעמוד, תוחשו
 מ' וה' קשה, קשה, אפילו ב' ב' הפרי
 של שלמה על ב' ב' לא יהיה אותו
 בחסות (משמאל), יחד עם הבחי
 מחזה השני - ששמן פיוקל, כל זה
 באצט "העלביש", שאחריו עולה
 באצט בכורה בקבוצה

על התפוצה הזו אפשר להגיד
שנמשך הוצר וראה זה מקדם את
יצירתו והוה הכלב הפרסי של ריוה.
בנקיקי: מחברת הספר אילו היה לי
כלב, שביקר בך, נזלמבשח חו
בשבעה הספר לחור מקדם מכרחה.

עיות שכן, קידום וייצוג,
המעסיקות את כל הנושים
בעולם המערבי, הן חוץ אחידת
קיימים לגשות הודו, סימרה ד"ר
לכלכלה) ג'וי דשמוק, ורוקה בת
מחמורבו לחקר לימודי נשים

ר"ר

נעת בן יהושע

רד שילוני: "בהתחלה היה קיים אלמנט תהפוקת. אנשים נתנו לי עבודה ואמרו, טוב, נראה מה תלמד. הן כמנהלת לעשות. לא ציפו מאשה שתתלבד מוסיקה יום ביומם. פרסומאי ידעו נאמח בהקלה אחרי ששבע את הקלטה שלי ואמרו: שיטתית לשמיע מנגינה מוזיקה ומתחזקת, נשית בזאת, והנה הפתקת אחרי עם הרוקנרול המכונה הזה. בוצי המניות שלוקחים אחרי הכיתה אחרי הקלטה לילית תמיד מתעניינים למה אני לא מוציאה מוסיקה שעובדת בשעות נורמליות כמו בלן ובחירות דווקא לתורגמן בלילות. אורנה גבאי: "אני אוהבת להיות הסטית של עצמי. לא שכירה. אני אוהבת את המגישות העסקיות, את המלחמה בכל מעם מחרש להשגת עבודה ואת הסיפוק כשמקבלים אותה. קסמו לי גם האפשרויות הכלכליות בעיסוק. מנינגלים אפשר לעשות כסף טוב והענין המינטי הזה חשוב לי מאוד, כדווקא שצריכה לפרנס את עצמי."

"כסופו של רבי", אומרת איריס שמי, "העבודה בנינגלים דומה למלחמה. אתה יכול להשקיע שעות של מחשבה ועבודה רצינית בנינגל והלקוח ידחה אותו רק משום שהבנה הקטן שלו אפר שהוא לא יפת או כי השכנה לא אוהבת אותו. אבל אני מה לעשות, ממשיכים הלאה."

אורנה: "בהתחלה הרגשתי עיינות מצד המפיקים האחרים. קיבלתי סלפון מאוד בלתי נעים ממוסיקאי ותיק כענין, שממש איים עלי לעזוב את הענין. זה היה לי במיוחד משום שבהנה לי שעל גבר לא היו מעינים לאיים כן."

רד שילוני - מוסיקאית. אורנה גבאי - פרסומאית. איריס שמי - זמרת. שלוש נשים שהשתלבו בשנים האחרונות בתחום שהיה טריטוריה גברית בלעדית: הפק מוסיקלית של גינגלים ותשדירי שירות. זהו, מסתבר, ענין תחרותי מאוד, משתלם מאוד, שדולק וסותר בכל שאנחנו הצרכנים נעשים תאווהנים ותוכעניים יותר."

אמרת אורנה גבאי על המקצוע "חבר הכי קשה בעבודה הוא הוא לא עצם העבודה, אלא להשיג אותה. הרבה חוזר בוויאציות אבל שלושתן: הרחיקה העצ מזה, השיווק האגרסיבי, הקשרים, המלחמות, התחרות הגדולה על כל פרויקט פרסומי שיוצא לשוק. השלוש עובדות קשה נכון לעכשיו - מצליחות."

אורנה גבאי, אשה קטנה ודקיקה, בת 26, נראית כמעט ילדה. תמיד צמודים אליה רשמקול גדול ובוכע רחב שוליים. הרשמקול הוא כלי עבודה הובכע מעניק לה אולי, אשליה של גובה וגופה.

פגשתי אותה באולפן ההקלטה "סירב", אולפן קטן וסימפטי בלב תל אביב. היא עובדת שם הרבה, ממש בת בית. מאחורי תוכנית העבודה המפרידה בין חדר הבקרה לחדר ההקלטה, שרה זמרת צעירה פרסומת למגזן אוויר תרש. מקליטים.

קפיץ באולפן

אורנה באולפן כמו קפיץ רדדן, כולה אנרגיה. עצרת לפתע את השירות "את השורה הזאת נקלים עוד פעם. לא שמעיתם את הדי במילה 'עבר'". סיבוב חזר של השירה עובר הפעם חלק ויכוח קטן עם המעבר המוסיקלי: הוא רוצה שהסיסטמ תושר בתרמוניה מוסיקלית ופח ועשירה. אורנה רוצה "נייטמן" - רק קול אחד. כך שם תחזור יבלוט יותר. מנסים פעם ועוד פעם מקשיבים לשתי ההקלטות.

גם המעבר המוסיקלי מודה, בחיוך, שההבדל המפריק גדוק. התרמוניה בלפת את שם המוצר והדי תא והחשוב ביותר. עוד שלוש שעות של עבודה אינטנסיבית



למכור סבן בצלילים

שלוש נשים משלושה כיוונים של הפקה מוסיקלית של גינגלים. מפיקה, מוסיקאית וזמרת. המון מרץ ואנרגיה ב־30 שניות. איך להלביש חליפה מוסיקלית מתאימה לכל גבינה ומיץ.

בית. לא עוצרים לשבת קשה. הלחצות - בעלי חברת ויבוא - מגיעים שני גברים צעירים מסוגים. לחיצות זהו, בשבוע הבא, אינשאללה, נשמע אותו ברדיו. ימים, וחמור מקצועי. מקשיבים לגינגל המנגנן בור ליום קרע אוננים מהרשקלים הגדולים. הקליינטים מרצים. אוהבים את השירה, את המוסיקה. אין הערות. שלב בישראל והקלטה. אורנה מנחה את הסבאן ליר

לעיתים קרובות שותפה להלחנה. בוחרת ומרים מתארים, מנסה, מנסה, ומנסה. נמצאת בהקלטה ודואגת לעד על כך: כמפיקה יהיה צריכה לפלוש לתחום שנסח למרשים הקטנים. לכאורה עבודה די פשוטה, אבל רור" שר רוכה יומה ורציו גם הרבה מוסיקליות ואינטואיטיבית.

בת מושב יערם ליר ירושלים. תימניה גועית. עיני ים שחורות. חיוך ענקי. אנרגיה תוהיתית. ממוחזת, מת' בעה, לחצה. כשהייתה סטודנטית עברה ברדיו, ברשת ב, כעובדת תוכנית ששילבו מוסיקה ופולקלור "שידור חשק של נשות תימן" למשל. היא אוהבת את העבודה נדון, אבל די מפר גילתה שמהאווירה הזאת אין מרגיש עברה לתל-אביב ועברה במשרד פרסום. כך התוודר שזו אל שלם הגינגלים "מיר נרקדת" על הענין. הר' גשתי שזה העיסוק שממנה את היצירותיות שלי - שילוב של הפקה לרדיו, מוסיקה ופרסום."

עובדה אחת החממה של המשרד כדי להיות בוטית לעצמה. כל ההתחלות קשות. נאמי. אורנה יכולה לה' עוד על כך: כמפיקה יהיה צריכה לפלוש לתחום שנסח למרשים הקטנים. לכאורה עבודה די פשוטה, אבל רור" שר רוכה יומה ורציו גם הרבה מוסיקליות ואינטואיטיבית.

והחשוב מכל - אני יודעת שיש לי מה להציע".

רד שילוני היא מוסיקאית. מפיקה. החדש וכחה במולדת זהב, אות ההצטיינות השנתי הגבוה ביותר של איגוד המפרסמים על המוסיקה שלה לגינגל "תירס סומברד", היא עומדת גם מאחורי הצלילים של תשדיר שירות למופחי ארמת משחת השיניים של עוסרה וזהו, היפרשוק, מוזן מלכות הרשימה ארוכה.

יצירות לצ'לו הפוך

בתל-יגל, לא מגלה את תאריך הלידה "מטיבות מקצועיות". נראית צעירה מאוד, דקת, ספורטיבית, ראש סלא תלחלים. המון סמפרמנט ושמתח חיים. יודת עת למרגן לעצמה בטבעיות, מרבית על המקצוע כעניינים נוצצות מחוללהבות.

כילדה טובה מבית בורגני הם במרום הכרמל, היה ברור לה בצעירותה, שאם עיסוק במוסיקה - או רק קלאסית. "ההתנסות המקצועית במוסיקה קלה היתה בעיני המשפחה ההסביבה כמו לנעול נעליים בלי גרבי" ים או לא ללכת לגופים - מעשה שלא "יעשה". תלמי"ה מה מצטיינת באקדמיה למוסיקה בתל-אביב, תואר שני באוניברסיטת ניו יורק, על חשבון מילנה גריבה.

רק כשסיימה את הלימודים הגיעה רדד להכרה שה' אהבה וההנשמה האמיתית שלה אינה בתחום הקלאסי" קה אלא בקצבים המודרניים יותר: ג'אז, פופ משונה, פאנק, מוסיקה שחורה. "המוסיקה הקלאסית העכשווית" אומרת רדד, "הגיעה היום למבוי סתום. היא הרבה רעש, אנטיקט, קצת מוסיקת תיאטרון. יצירות לצ'לו המדך וכרעיים של תרגומות, שלא באות משום רגש ולא מרגשות אף אחד. אם באך היה חי היום", היא חושבת בקול, "הוא היה כותב באו ולא מוסיקה קלאסית עכש' ויהל."

רדד עשתה תפנית מקצועית, השתלבה בסלובווייה ה"ימיתית" נכון השאר הלהיבה את תוכנית רחוב מס' סום ר'שירו את השיר "הה". "כשעובדת בסלובווייה אמר ור לי שיש לי חוש נכון לכתיבת גינגלים: כתיבה וריחות שמבטאות רעיון מוסיקלי מבריק וקולע. מכה מת' חת לחנונה. לא העזתי לנמון. ידעתי שזה תחום קשה. האשונה שהבניסה אותה לענין היתה שכנתה, הזמית לילנית מוית שם אור נאשנה של צביקה פיק. מירית שלחה לחן של רדד למכרו על גינגל מבוקש. רדד הביסה את שאר המלחינים כולל צביקה פיק עצמו. ורדד, אמא לענת (שלוש עשרה וחצי) ואפס (שמונה וחצי), נשואה לאחיה, יועץ כלכלי. איך היא משלבת קריירה פעלתנית, לעיתים עד השעות הקטנות של הלילה, עם חיי משפחה "בענין הטיפול במשפחה אני לבר. גברים לא אוהבים לעסוק בענייני בית, הם מחוץ" כיום ללכת לעבודה. גם אם יש מטפלת ופועלות פעם בשבוע, ארגון העניינים מוטל עלי. מרגישה ממש לא נעים כשצריכה לבקש מהבעל לעשות משהו. אבל זה חלק מחיי האשה. זו בחירה. לא התענת ולא שוק."

סקספול לעשבר

את איריס שמי ראה כל עם ישראל, פחות או יותר, ממתח ושרה לצידה של ירדנה ארזי על בימת הארזי-יוון בראבלין. איריס הפיקה את תקליט הילדים של ארזי. כשהופיעו או זמרת ליווי לאירוע הגדול שאל אותה תבעלי-המנהל של ירדנה "למה לא אחי' והיא ברלקה."

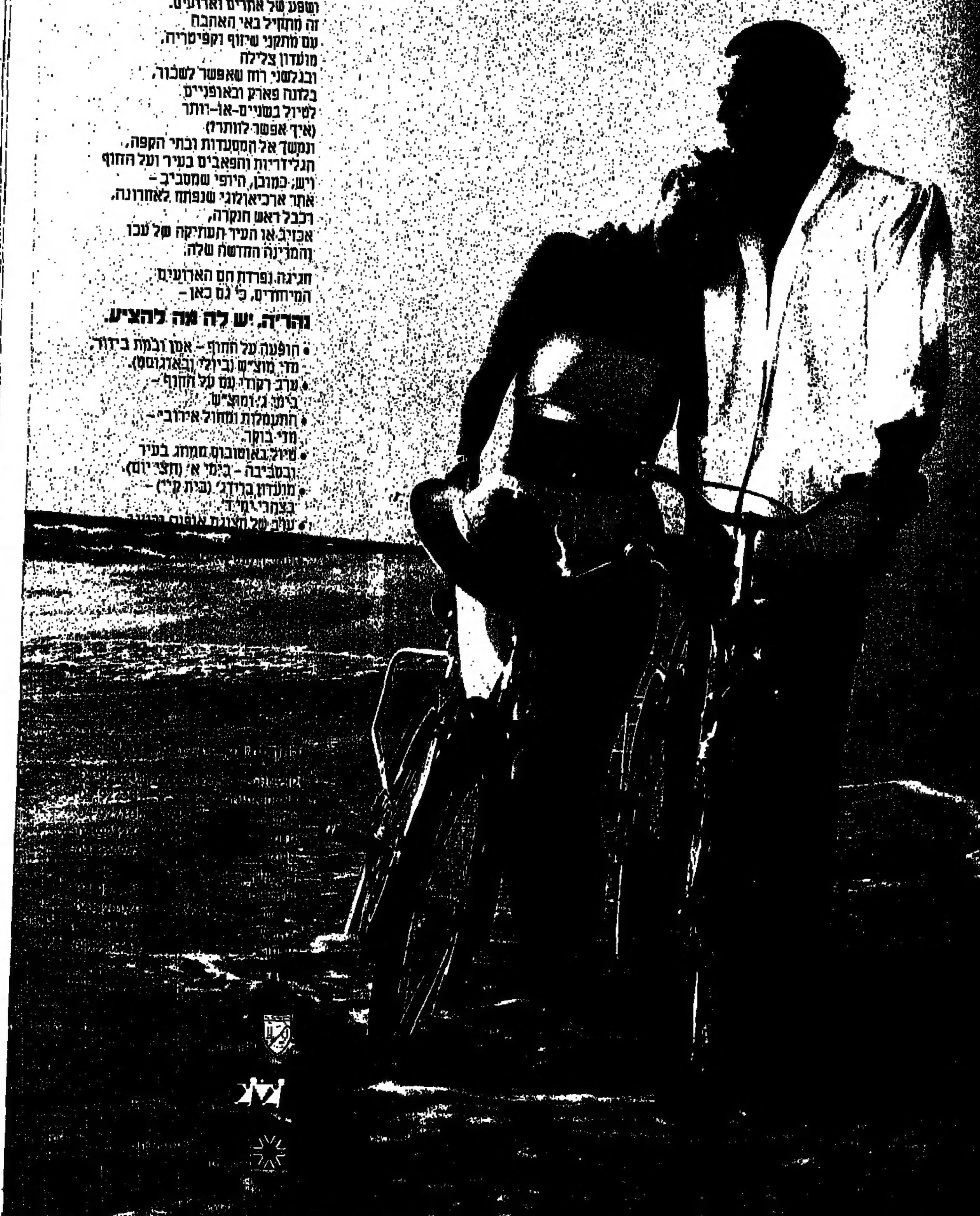
איריס, 32, גינגלית רזה וגינחנה. לא נראית חזרת בת-מית, אבל המצלמה אוהבת ומישה אותה. אמא לרזי (ש) ושנה ועשרה תורשים. בת קיבוץ חשיטה. את צע' ריה הראשונים בבידוד עשתה כזמרת בלהקת חיל האר' (המשכן באשדוד הכא)

נהריה. מתאהבים בה.

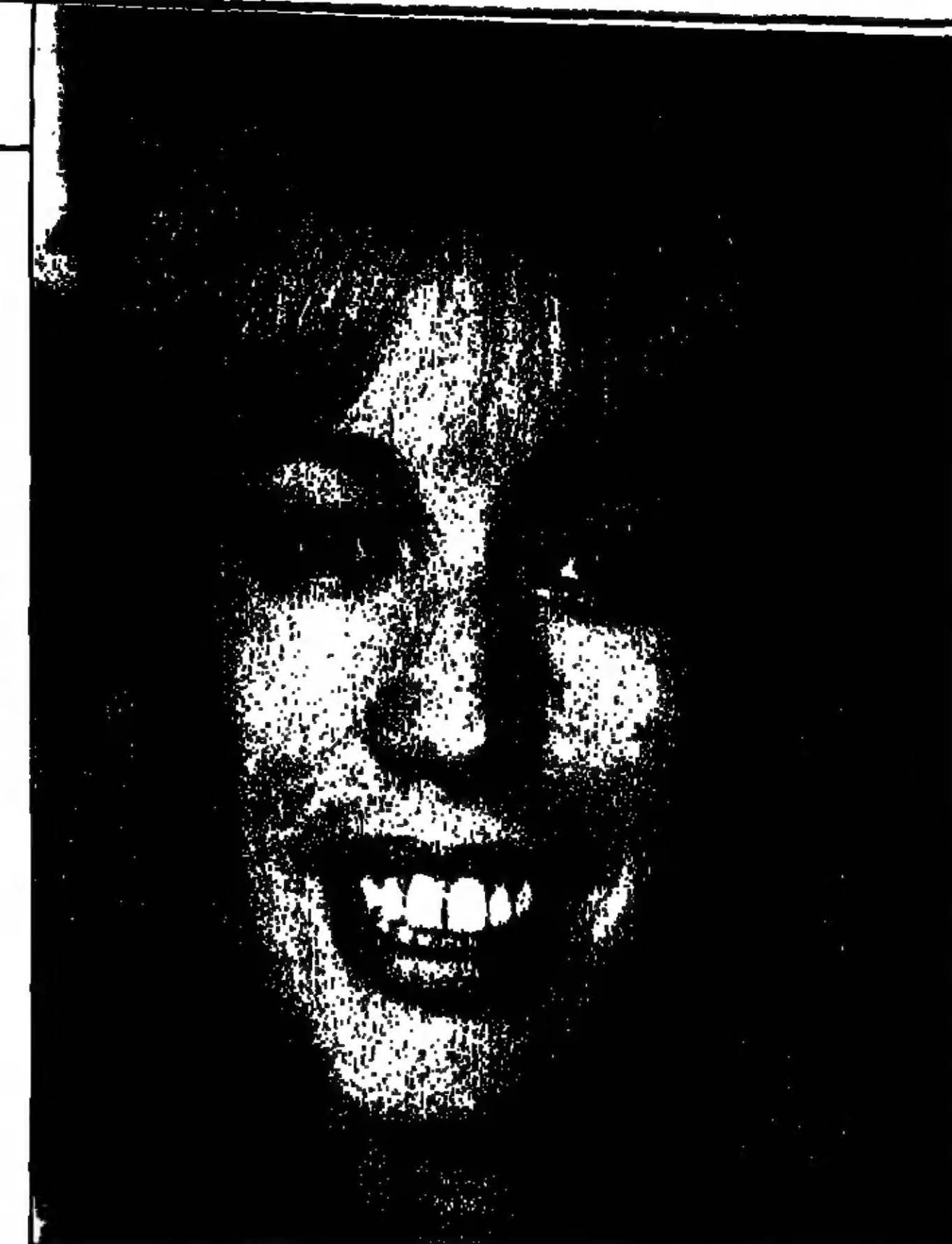
אחבים אותה. אחבים בה. נהריה.
- עיר קטנה וחדשה
עם חסות של נופש ורומנטי.
נהריה של קיץ '88
משלבת חופים משגלים,
נופים יפהפיים של הגליל
ושפע של אטרקציות ואירועים.
זה מתחיל באי האתבה
עם מתחמי שיזוף וקפיטריה.
מועדון צלילה
ובלגשי רוח שאפשר לשכור.
בזונה פארק ובאופניים
לסילוף בשניים-אף-חדר
(אין אפשר לחדור)
ומשך אל המסעדות ובתי הקפה.
הגליליות והפארקים בעיר ועל החוף
(יש כמובן, חיפה שמסביב -
אחר ארכיאומני שנפותח לאחרונה,
ובבל דאם המרה,
אביב או העיר המעניקה של עכו
המתינה לחדש שלה.
תנהגו נפרדת הם הארבעים
המיוחדים. כי גם כאן -

נהריה. יש לה מה להציע.

- חופים על החוף - אטרז ובית בידור
- מד. מוצ'יש (בידור) ופארגוס.
- ערב רחוק עם חתונה
- בילוי ג'ומהיט.
- חתונות ומחול אירובי -
- מדי בוקר
- שילוב באטרקציות מחנה בעיר
- (במבט - כימי אף חצי יום)
- מועדון בידור (בית קיץ)
- בחדר אירובי
- ערב של חתונה מיוחדת



איריס שמי. לא נהרה
כיום, אבל המעלה
אחבה וסיפה. לא
היו את עצמי כמרת.
היו לי שאיפות לעבוד
מאחורי הקלעים.



(המשקן מן העמוד הקודם)

וויר. אחרי תבואה רצונה להשתלב בעולם הוור
הבידור, אבל לא דווקא בכיוון הצמי של קריירה
כימיתו "בכלל לא ראיתי את עצמי כמרת. היו לי
שאיפות לעבוד מאחורי הקלעים של הבידור. להיות
מכירה במשרד אפרגות היה לגבי אשר גדול.
עבדה אצל אשר בישנפקי המנהל והאמריגן דא של

מתיש וגם הכפי לא היה מי יודע מה.
כשנגמרה תקופת "סקסטור" עברה תקופה ממושכת
במשרד אפרגות שעשה תרבה ג'ינגלים. בידה השק
רה ההפקה כשהחליטה לעזוב את המשרד בשארה עם
נדהיה של תרבה ג'ינגל, קשרים טובים וקליינטים נמר
נים שחלכו איתה. היתה לה "נחיתה רכה" במיניקה
עצמאית, הכירה את כל מי שצריך להכיר, ידעה כמי
להתמודד עם מוסיקאים ופרסומאים. היום היא עובדת
רק עם מוסיקאי אחד, יוריק בן דוד ועם משרד פרסום
אחר. כך היא מגבילה את עצמה לכמות עבודה קטנה
יותר, אבל לא איבדה את "כסופו של דבר אני לא
מתיקה בדם, מהסוג שרוחני את עצמו ורץ אחרי העני
רה. אני פשוט אחבה להיות באולפנים ולכן אני מסק
צוע". בין הג'ינגלים שהפיקה: אלברט פירוח, מרה
סטרם, מרטין.

ומה הלאה?

ורד שילוני לומדת נגינה בסקסופון ועיבוד ג'אז.
היא רואה בג'ינגלים בסיס כלכלי טוב אבל רוצה ללמד
הלאה, לחבר מוסיקה למרטם.
אורנה בבאי מתכננת מיהה להפקת מרטי פרמט.
איריס שמי גם מתיקה תקליטים (משה בקי, משינה
וחה אלברשמיין) ומדי פעם מרטי פרמט. עד עכשיו
רק את אלו שכיים אביה איש התקשורת אירדן שמי.
מנסה להיכנס חזק יותר לתחום.

בג'ינגל רק שלושים שניות שבתן צריך להיות הכי
מבריק, הכי קלים, הכי טוב. בג'ינגלים גם חייבים לר
על לחפור חליטה מוסיקלית מסוימת מאור בתואם
למצוי. למשל, מוסיקה לבגרי אותו שותה ווג באיני
סימית בבאר חשוך תהיה רומנטית ומלטפת בעוד
ג'ינגל למשק קיץ של תהיה קצבית וחוסמת.

בין הג'ינגלים גם יחיד אשדות (מוקובוקים), חני
רי בישוי (תן תמר), דוד קייפיש, שלמה גרונקי, אלי
דד שירם, אלון אלואציק ורבים אחרים. גם ולנפקי
החור בעידודו ג'ינגלים האמילי שלהם חור ומשיח
חבר ושר פרמט לסטיריות "סיים", אבל אצלו זה היה
ענין דר מצמי.

כמובן החברים. ומר ג'ינגלים מבושק חייב להיות
מקצוע ריקשה טובה, אינמציה, קליטה מודיה של
מנינה. המוסיקאי רוצה "לכבו" במה ששותה זמן אול
מן יש חומר צריך להיות רחב בקליטה ובביצוע.

סוף בון כבר שנים עשרה שנה במקצוע. המוסיקאים
המפורסמים אחבים את חקל הצליל החזק שלה, את
יכולתה ה"רוקית". הנרי ברטר למשל, משתף אותה
כמעט בכל ג'ינגל שלה. מוי אחבה את העבודה, מצד
את בה אונגו. "במר ג'ינגלים יש משות מן השחקן -

היכולת לדמיין ולהרגיש את המצב, ליצור בקולו את
האווירה ולהעביר את המסר בצורה האמינה והמוכרת
ליש תחיש ולא עם ג'ינגלים היא אשדור.

הרבה כסף במעט זמן

מיק ג'ינגלים הוא בעל מולכים ושירים במשרד
מרטום, אחרי שיצור כימיה טובה עם מרטמים.
הוא מביא איתו את המלחינים ומנהל את ההפקה ובר
טיקלית. מוסיקאים שעובדים הרבה בענף מתיקים את
עצמם והמסכים את "דמי ההפקה", שות למות המישים
אשדור מהוקצים הכולל למטיקה

"גם, גם אל המוכה נכנס", רמח מי בון אולנית
הסביר, והעבנו מעל גלי האתר למני כעשרים שנה אז
קרא לח סתם פרמטות, רדיו, חות משתמשים במילת
האמריקאית ג'ינגל. העניין נשאר אותו עניין סימט
פרמט מלחצת למנינה קליטה, שערמה - על פי
תקשורת והכוונה - לשמח לקשין מולכסא, להכנס מיר
לחנות וקדובה ולרכוש את המוצר.

מוסיקאים רבים ורבים נמצאים בעולם הג'ינגלים.
לא מלא 2500 דולר לג'ינגל (בתוספת זה לא שמע על
שקלים) 4600 דולר לריקה של מוסיקה במרטון פרטר
מן בקלנע, הם מודים מקבלים כשוק המרטום הוא
עבור השקעה קטנה (יחסית לשיר באורך מלא של זמן
ואמריגה).

מספר קרוב אשדור נביצים, ביצינה "המבוקה של
ג'ינגל תרבה יותר ממומנעת מו של שיר. שלה כשיר
יש זמן בלעס בלתי. מרגבל למות גושא מוסיקלי,

קדוקודיל

נעליים
מידות 35-42
חיקים, תמונות
דוגמון סטוד שטיי 5/7
טל. 03-289477

מומחית לרגליין

מקדוקודיל

נמנע שדמי
צילום: דודן הורוביץ



סולמאק: יעקב פסח ושני מאיר. 'נחש' חביב וחברותי, יס שדורה יכול לעשו. לסמורה: רחצה יסית - כי סיס אבל עם כל הווייתו ואחר כך איכסון במורה. למס, לא, בנצם.

בשבוע שעבר הם צדו יותר מ-100 נחשים במכמורת. לא עשה עליהם רושם מי יודע מה. נחשים זה משחק ילדים בשבילם. יעקב פסח ושלי מאיר. ותשכחו מציצ'וליונה.



א מתחת לבלטות ולא בתוך הענף בפריז. את הבקש שלהם (לא מי יודע מה, אבל בכל זאת) מצניעים יעקב פסח ושלי מאיר במי גידה של שולחן בתיבה ישן. עכשיו נראה את האמין שיען למתוך אותה? די בדייקת קבנה ועשרות משולשים מפורסמים מורקרים בגאון, מסינים לשון מוטגלל והייתה דקשקשית מתי חלו לגלש חיותות סערות מה, בשאיפה קילנית. אז מה הלא שריגע לפני צאתו למילואים פסח חוקן מבפנים להרטים בערימות הצמחים, חלק מהחלל שחפשו בשבוע שעבר במכמורת, ואחרי חלמנות קטור הוא בוחר באורנה.

למה חוקא היא שאלה יפהות, שמנמנות, ויגוגים מנויים נועים, שקטה, אוכלת טוב. אישה אמיתית. 'ווי אורמלה' הוא מתחנן והוא לא שמה פרובוקטיבית. משיכה להתפתל על השוקיים העצירות שלו, תושל כיוון לעבר המפשעה, דלוק, דלוק, אבל יעקב פסח ראה לגבור מי גבר מה. לופת את אורנה לה מסיס המשוש שלה ומורע את ראשה על המורז של מישור. הנשה נועמת והארים החלבי נמרח על הסדן. 'קשיו היתה', הוא משחל אותה בתקפות להורמיל. לא לכו, צריך גם אחת אינטליגנטית. מכס חטוף על תולקתו המורדת בחדר השינה והנבחרת עכשיו: ארי.

משיחת היא מונקת על פסח, נכרכת בלהות על דוע, ממשיכה לצוואר, רפרוף חלקלק על וקנו המי חתל ונוטקת למעלה. מתה על האוזן שלו. שניים חלשה שמיים ואורלי, שנולדה לפני שמונה שנים כן בדיה הדיפנית, משתלשלת בחורווה לכיס של פסח.

יש אנשים שנתיים מתמנה יפה, מכמורת יפה, אני טעם מחשולש שמציע הנחש. מהמורה, מהיופי, מהכית פסח מהיפסיות שלו, ויה מקסימה. נחמנה לי הרגשה שבה בייק כמו שאחרים מגדלים חתולים וכלבים ואף פסח לא תמנא אותו כלי אחר לפחות - כך הנחש לא וגלי לחשוב פעמיים משחיל עוד צפע צעיר, בין תולטונים למגנה. שידיה.

ציקצוקים במיטה

חושיל על הגב, נשיקה לשלי, וגולש הויגוגים, הגר רש את מצעי הגסרות בקסמאות הפלסטיק השקופות וחביבת הגרולות כחרר השינה, ממשיך לגמי. לא מתרגש מהמילואים של פסח. רק קרדוק שולח אחרי מנט נוגה. 'מתוך שלי', מנסה שלי לנחם אותו, ונחמתי אלו וקוקת את הברכן הצהובה אליה למיטה. מרצה קת, הוא מעגל סביבה את שלושת המטרים של הוא מרעפה עליו גניעות ארוכות רכות, אחותו באישו ומשכבת את לשונה אליה. 'תיגע', היא מתחב, נח ומחשבת אחרי הלשון הקפצנית שלו. 'קצת ביישן, שחרש מאורחים', תתגל ושניות אחר כך תויה בעני. ים כשהצוקים שלה יטבנעו אותו, סוף סוף, לורביץ. לה אוח לק חפון. 'איוה מכס אנשי יש לו', היא מלביה מכסים עם תחולת בעיניו, משתדלת כל כך

להמשיך את הקיפאון שלי. מביאה למיטה כוס מים רתשה, תשתת, חם חמים, היא מפצירה בקרדוק, עוק בת בחרמנוגות אחרי הליגמות הקטנות שלו. הברית בין קרדוק ליעקב פסח נכרתה אישם בגליל. אגדה. הבחור ישן וצפע ארסי הודחל לעברו. למרות שהיה בתוך הערמיל, ביקק קרדוק את הדופן, תפט את הצפע בראשו, חנק אותו וחביא אותו לפסח. מאוחר יותר הסתבר לו, כי קרדוק שלו לא גילה את אמריקה ובאורח'כ כבר מזמן משתמשים במלחמת נגד הקטלניים. נחשים לא ארסיים בלוחמה ביולוגית נגד הקטלניים. המלצה חמה של צייד נחשים מקצועי: לפור ליד הבית כמה זעמני מסכעות ונחשים מלכותיים, ממרא' רציני מתפולל, אבל פסח צמעים ופסח חלודות ועכבי רים. ליחור ביטחון כראי גם לעבור מפעם לפעם ברי קת אקג.

צפע על הצוואר

על נחשים בכלל נטרף פסח כשהיה בן תשע. לא עמד בפני קסמיה של ילדה מהולכת ברחוב הצפע על צוואר. פסח אחת מכעס מת מהכשה אבל מאן, מפעם לפעם, הוא מספיק לפלסמה שלו קצת ארס בצורה מכורית, כדי לשמור על רמת היסון ברם. אנב, רכבות הדמיים, האסיק המשותף שלו ושל אותה ילדה, שכניה בינתיים, הגיעו ל-1600 נחשים ולאחר הפרידה עשו חלוקת רכוש. הוא נשאר רק עם שניים. קרדוק, כמטבן, אחרי מהם.

מאז הרבה רודות פרו ורכו אצלו בבית והוא לא שכע, אפילו תקשורת מילולית יש ביניהם. 'בוא לכי אר', או 'יש נקבה בסביבה, חמש', הוא טופח קלות על גבו בקצב הדלק וגובר הנחש משיב לו בהתבוננות קטנות: 'עזור לי להתגשל'. מתחקה בהתלהבות אחרי כל פסטסטס שלהם, פסח מבליא והלאת, מונוג ויור גים. על קוויקי לא שמעו אצלו בגחשולוגיה. הסיפור מופלאים כל כך וכיף לחקור אותם. המסתוריות שלהם מקסימה אותנו, נשכבים השושכנים.

'וה נעים כי חיו שם נחשים יפים', רוטטים פסח ומאיר, 30, כשהם מספרים על 102 צפעים בקבלנות. ררגה של משחקי ריחות. שלי מול הנחש תושיה בוגג, הנפה, אחיה חוקה כשיפולי הראש, הצמרת גוף הנחש לגושה חצונם, לחץ על בלוטות הארס וכשהוא מתחיל לטפס, אחר אסס לטובתה.

מעבר לאהבה

אנשים מכושפים יעקב ושלי, בתרבה מלונים. במיר חר בקיץ. תופשים את חיות השדה הקרומה חור מתחב' קת בין הספה לשולחן, מצנפים אותה מתגורי אפיה ומכונות כביסה, ומתפללים עליה, אבל המיד באהבה, בין הלולים הגינות והעצבים. תופסני נחשים מקצועי ים. אלפי נחשים בארץ ובעולם לא נחלצו מהמיומנות של הבחור הצנום והתמנהי משה. תמדת בקיץ באמת, הגומה פראית.

בדרך כלל הם מגרבים את עצמם. את השלל תור' מים למכון הביאלוגי, מקום עבודתו של פסח, למשקי ילדים, ולהרצע, רק אחרי ניתוח בלוטות הארס, או משחררים אותם אישם: 'חוקים ממקום ישוב', הם מבטיחים. מי יודע, אולי כדי לתפוש אותם שוב באיזה טיול שבת. זה הכיף שלהם, להתרועץ ולחפש נחשים בכל הארץ.

שלי 'העניין כבר ממש מעבר לאהבה. זו צורת חי' ים. אנטנו נחנים מהחיפוש והמתפשה. גם הנחשים בבית יש להם תנאים טובים יותר מאשר בטבע'. ובאי מת מה רע לצפעים, לכרכנים, נחש הפענננים, ועמני המטבעות, עין ההתגל ולכל העשרות האחרים בדיה החיפנית פנסיון מלא. עכברים וחלודות, חופשי חופי שי, מצעים נקיים, מים מהבוס והמון פינוק.

הכי זרבה פינוקים מרעפה שלי על רטיק, 'התיגר' קת שלי, היא שולפת ברכות פיתונות מרשות תאיר לניר. מוכירה קרמיקה ארמנית כחלולה באורך קי' לומטה. את האמתו לקחתי אחרי, עשיתי שריר והמגע שלה קשיפית, אמיתי. השתקפות האור כשיולכי הצבר עים שלה - בכלל חזיתי. ילדה טובה רטיק, מחבקת את 'אמא' שלה מלמעלה על למטה, מציינת לאצבע צריה ומשרכת לשון. בקצב הזה עוד תעלה גם מאה כפיים ותראה אישה אור.

מאז שהיה וזכרת את עצמה, כל מה שזו המים את שלי. הויתרון המראומטי מימה הראשונים בחישה עכ' בר מת בשם וכל. היתה טרגית. גולרה עם השאף' הוה. גישה טבעית לבעלי חיים. תמיד נגעה בהם מלמטה. נחמה להם להחביב לה את עצמה והנבועה וכיוונה. כילודות בילתה הרבה בוארי, חיפשה שכלולים וקיות ולטאות. 'אהבה גדולה שלי', הגיד על האחרונות 'וה' רגרי ודחת שתי לטאות כוח. 'מאור הבחורות', נרא המורות'.

תולעים וחזירי ים

במזר ביתה היו 15 תולעים. בבית מבסומם תולעי מיש וחזירי ים. הדורים שלה לא הסתדרו עם יותר מה. המפגש הראשון שלה עם נחש היה בספארי בלונדון, כשהייתה בת 14. 'נחש חביב וחברותי' מי שרצה יכיל לגעת', נכתב בכניסה נגעה בנחש מלכותי מפורסם בש התנה. בפעם השנייה נגעה בנחש מלכותי מפורסם בש חור וצחוב, שטייל על משקפי של פסח. ראתה את שניהם ברחוב וגרלקה. נגעה בו, וחל עליה (נחשו) ומאז הם ביוע. ממש המחשה של המטבול הפרוריני.

הרבה עזדות נחש שחרים בבית, מכל הצענים ומכל הגדלים. הלצה נמורת על ארנקים ונעליים - וכמעט חורגים אחרי שם. במסכת מתעגלים נחשים שחרים עבים כתיבת זוכית גדולה. כמלון אוספים מרחקים של מאובנים, תפוקה שולית של הסילונים שלהם. 'זה חור המתים', מכנייה שלי, 'ישם חור המתים', היא מצביעה לעבר חור השינה. איזה חיים. אריה. ואחרי כל זה יש עוד מי שמביא להם נחש צעני עשו מקשיה. חומר ברא, אנב, יש גם חיות ששלי לא כל כך אוהבת. עקבים, חקים, מגזקים, למשל, היא ממש מודדת. ■

נחש חמוד שלי

18

גם אם היית רק זמן קצר בשמש נגרם נזק לעורך.

**אפטרסול ריפר -
AFTER-SOL REPAIR
מורשג חדש בטפול
בעור.**

מפעלי ד"ר פישר פיתחו קום
לחות מיוחד לשמוש לאחר
השהייה בשמש, העורר למגנזון
חא העור לחקן בעצמו חלק
מזקי קרינת השמש ולהקטין
את הפגיעות הנזכרות מהשהייה
בשמש.

אפטרסול ירסר הוא קרם לחות
חדשני המכיל רכיבי ביולוגי
מיוחד הקרוי ירסר קומפלקס
(Repair Complex). ירסר
קומפלקס הוא המסייע לחיזוק
חלק מהנוזקים שנגרמו לתא
כתוצאה מחשיפה לשמש.
אפטרסול ירסר מכיל גם
ויטמין E, סנטול, ומצמית סרחי
קמולרי להרענן העור
ולשמירה על לחותו.

אמטרוטול דיפר -
בלעדי לד"ר פישר
אמטרוטול דיפר הוא חלק בלתי
נפרד מהשיטה לשיוף נכח של
ד"ר פישר.

העור שלך זקוק
ליותר מסתם
קרם לחות.

כדי לעזור לעורך להקטין את
סך קרינת השמש חשוב לך
מאד גם לאחר ההדדיה בשמש.
ההתחמש בקרם מיוחד שמרתח
למטעני יריד מים למטרה הזו
לא ב"סחם" קרם לחות.

"יאנצלי" - הוא ענה.
כן, הילד הממואר בספר זה הוא. כן, הוא וזכר את
הבומר, כן, הוא ואחיו הבכור היו היחידים שניצלו.
זאק הוא גם אב שכול.
אלהים יודע, מגן הוא שואב את הכוחות הנפשיים
כדי להצמיח אותם. ■

אספריד לינדגרין

לכית, כאשר הפרלמנט השוודי קיבל, בינומחה, חוק
צער בעלי חיים, הממייב בעלי רשות בשוודיה לחצאי
אז פרוחיה לא לאח, כדי שלא יסבלו משוודיה ופוחיה
בשמות.
לפי כשנה, לכבוד יום החלוצים, 80, רואיני
אסירי ליגוריה בשטחים וספירה סיפור קטן, שיש
בו כדי להדגים את אסירותם של אינטיקאטלים
כאירופה, ששה שחנאצים כבר השחולללו בחוצות
גמניה.

אחרי התגוררם של ליל הברזל, בנובמבר 1938, שאלה אסטרדי לינגרין חבר לעבודה, יהודי, מדוע הוא מודאג כל כך חלה חשש, שכבר שנוי ימים לא ייכל אות חיים מכן דודו בברלין. זאני, לבושת, לא הבנתי מדוע זה מראי אותה כל כך, - סיפרה אסטרדי לינגרין- גם ליל חתן בן דוד בברלין, שכבר מזמן לא שמעתי עליו, זה בכלל לא הראי אותי. ■

ואחרון אחרון חביב, חולץ המפקדים החרוץ. המבצת
החליטית נמצאת בתוך דרום פלסטין, כאשר
פוטוים את הנרתיק, הוא הופך לירית של החולץ.
פוטוים שוב, וכל רן שודית ממופרט בזוג אהה
מוזר את המפקד. פירוש הדבר, שיש לך חולץ מפקדים,
שאפשר לדרוך בו, אפשר לנכות בו את האוון, אפשר
לדחוף אותו לצדו לשמור ששנינו רן, אך דבר אחד אי
אפשר לעשות בעקרון – להוציא מפקד מבטבוקים. ■

ח טומן בצלבו של ישו ובכוכבו של דוד – זה שמו של ספר, שהופיע בשנה שעברה בכוראפסט. מחברו, ר"ד ג'ורג' קיש, הוא כומר קתולי, בן 74, שגולד יחודי, אך

אנאכרוניזם

“אבל המריניי חמט / מתמניה עד תירס”.
התירס הוא צמח אמריקני. שניים משליחי של
קלומבוס וריחו ב' 1492, הוא המכנה כיום סודה,
שגילו את התבואה המוכרת לנו כיום מתירס. לפני כן
לא היה לה זכר לא באירופה, לא באפריקה ולא באסיה.
ולכן שום חמט לא חמט תירס.

העלה "אנארכיזם" מקורה בצירוף השלים היוונית "אנא", שפירושה "לאחר", ו"רכיזם" שפירושה "זמן". כלומר: מזווית זמן ומיחסים לתקופת מצייתים דברים שכלל לקוחת בתקופה מאוחרת יותר. אנארכיזם יכולים להיות מזהים כגון: כאשרם ובספרות יש לכך זיועוהים למכבד, כמו שרשע בציור של שגאל מוקד הוראט וביסבסאן או הנדק מביאקאל של פרק מוויק, המבקש בחצור של הפלך אחרון, א בתאסרון, כאשר נשים מרבות נלמסן בלייליסמטראל של אריסטוטלס.

משעשעים יותר הם אנארכיזמים שוליים הדוֹסִים על שכיח כע כע השקען האזרחי בילדולס קיבִרִם של שקיפִי, אף כי תחפזה ודומתה זו ידועים כשקִיפִי, שֶׁעִינֵם, שֶׁעִינֵם וּשְׁעִינֵם. במאִים כִּוְכִים לִעֲשֵׂם, לִיִּדְלֵה לֵא וְשִׁמְשִׁם בִּמְסִפִּים כִּי לִגְלוֹם אֶמְחִלֵּתִים לִשְׁשִׁם, אֶמְחִלֵּת אֶרֶשׁ.

אֲנֹכִי מִסְרִיחִי וּפְרִיחִי וְכִי שֶׁכֵּן שֶׁכֵּן לִי מִרְיֻחִים שֶׁכֵּן מִחִלֵּת הֶעֱלֵם אֶת הַכִּיפִי "מִחִלֵּת הֶעֱלֵם הַיִּשְׁוֹנֵה" וְהִי מִחִלֵּת "מִחִלֵּת הֶעֱלֵם הַיִּשְׁוֹנֵה" לֵא הִי, כִּי, כִּי שֶׁכֵּן מִחִלֵּת הֶעֱלֵם הַיִּשְׁוֹנֵה.

אני בסתר, כי מאוינים וקוראים ויכלו לספק עוד דוגמאות של אנארכיזמים מעניינים. אני אוהב במיוחד כריזה צרפתית, על רומן מיילד, שחזר וביקש מאחר בלילה ואחשו תאונת באוני, שהיא הדס את עצמו. ועל כך קנה הרומן: "אבל הרילה היה כדאי, כי יללות את ויקטור הוגו." ■

תפצו

ק באתם אחי, בלתי העבודה שלי, מערת האלון. זה עכשיו באופנה. היא מוזקת קרוב לתקרה, עם המנים למעלה. כך היא חזקה אור חזק על התקרה וממנה מתפזר האור, באופן אחיד, בכל החדר. בראי לעיניים, בידור אם עובדים מול מחשב.

עד כאן - טוב ויפה. אלא שאת מערות הראלונג של אי אפשר להתייחס קרוב לתחרה. כל כך למה כי הראש של המערה גדול וכבר הצלוצים המזויקים את ידית המערה וזא קטן וחלש. אני עולה על המולם, מקרב ראש המערה לתחרה. יורד מהמולם וגם ראש המערה יורד אחרי. הוא מתייב במרחק של מטר מתחנה ואז הארץ כבר לא מסתתרת.

ואי שואל: ואם ציון והגדרה, שהשקיע כסף
במאגנטו במחברותיו בקנייתו ובדרכה - האם הוא
מזלזל על כך לרוב ולקיים את מטרות האלוקות אחת
בזו שיצרן במחשבת האלומיניום היא לא התחשב
מקולם במחשבת שלו. כך בניגוד למטרות האלוקות,
החברות, כמשתתפות האלומיניום שירחבת את
קשרי קרן. כמראה מבר, הם עשים מקור חור המעש
כל צילת ששורגית את הדלת. איך כבר לא סוגר את
כך. צילת לחברותיו את להיות את המפתח כמראה סוד

54:1 מן הפרק

את יכולה להיות גלוייה יותר

הקיע אין לך מה להסתיר



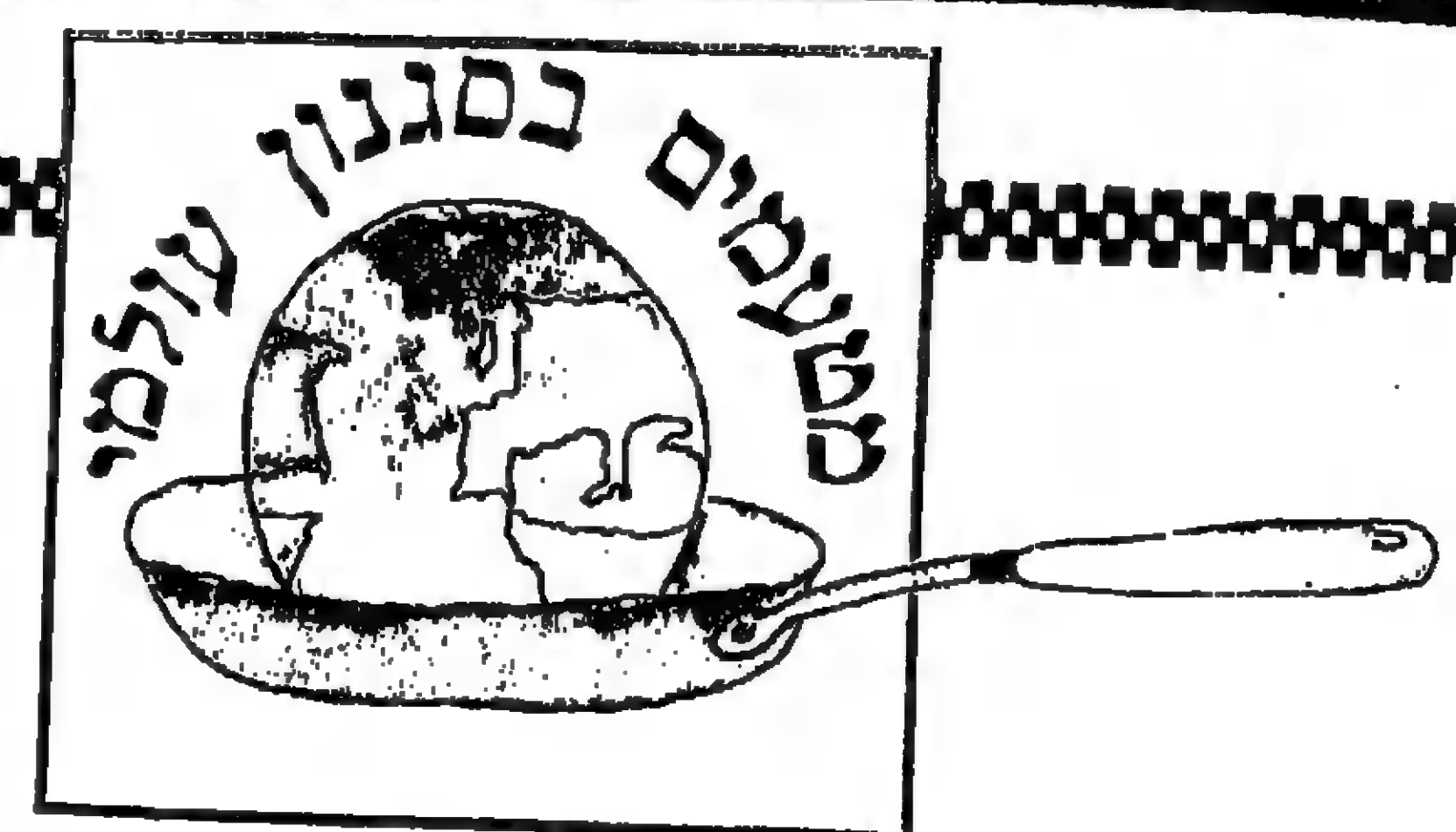
ו!טו!

קרם טיפוח מעולה
להרחקת שיער

ויטו - קרם מעולה להרחקת שיער
שלנעיותו ויעילותו יצאו מוטיב
בארץ ובעולם כולו.
בעזרת ויטו את יכולה להסיר את
השיער המיותר גם במקומות
הרגישים ביותר - בקלות ובחירות
בלי שיכאב לך. אין חשש לפגיעות,
כוויות, גרזי עור או ורידים.
ויטו, מבוסס, יעניק לעורך מגע
חלק כמשי וניחוח מרענן.
כדאי שיחיה לך ויטו בבית. כדאי
שהוא יהיה לצידך כשאת נוסעת
לנופש או טיול. במחיר כמה שקלים
תרגישי מטופחת ומושכת ותמיד
מוכנה לחלבושת הקיץ.



ויטו. כי זה לא צריך לכאוב.



רוחית קין

פשטיות

ריתן או גד (מסבירה), שאותם
מעבדים בממחה (בלגדר) או
במעבד מוון עם 3 שני שום
ומעט שמן זה למחית.
* אפשר להוסיף למחית או
למור על מני המשיטה אנזים,
צנבריים, שקדים או גרבי
שומשום קלויים או מטוגנים.
הערת חשובה ועקרונית: בכל
ההתבנית בה משתמשים קטנה
יותר (בקטור) * הפשטידה תצא
גבוהה יותר (והרבה יותר יפה).

פשטידת גבינה ועשבי חיבול

סוגים שונים של גבינות
והעזיבות של עשבי חיבול טריים
הם שעושים את המלית
המעניינת של הפשטידה הזאת.
כעיקרון, פשטידה על בסיס של
בצק פריך טובה יותר בחום החדר -
לא קרה.



משולשים, שני טווים לפשטידה אחת.

פשטיות קיץ

נועדו להיות מוגשות בחום החדר
ורובן משתבחות כשהן מרוחמות
מחדש.
כמעט בכל מקרה, תחיה זו
טעות להניש פשטידה עם הגיתה
את פתח התנור הראשונה. תמיד
יש להניח לה להצטנן מעט
ולתהוות. בטרם נוגעים בה
סכין. והנה משום כך, פשטידות
הן מאכל נפלא לקחת לחיק
הטבע. אפשר לארוז אותן היטב,
לאחסן בצידנית ולאורר בחום
היער כרבע שעה לפני ההתנפלות.
כשמוסיפים להן סלטים, בטבע
או בבית, הן מהוות בסיס לארוחה
שלמה.
קיבצנו עבורכם כאן מבחר של

פשטידת גבינה משובלת

ווה פשטידה בסיסית,
שכולם להיות לה גיוונים
לפיוסמור. אפשר להעניק לה
טעמים מעטמים שונים ואף
סמנויות מרשימה, על ידי
חוסמת משונות - פיסות
אילנות מושונות. עשבי חיבול
טריים וירקות צבעוניים. אפשר
גם לחשוואיה כמות שהיא. צורת
ההשג מעניינת מוצגת בצילום -
פשטידה בטעם אילנות מעושנת
והפשטידה מנוגנת בעשבי חיבול -
שתינו נחשבו לפרסות שסודרו
למיוון, ליצירת מראה מלבב.

החומרים (לפשטידת הבסיסית):
25 גרם חמאה או מרגינה, בחום
חדר
3 כמות פירורי לחם
100 גרם גבינה קשה (צהובה)
מסודרת
3 גבינים (750 גרם) גבינה לבנה
שמונה (9%)
בצל קטן, קצוץ דק ואו 3-4
בצלים ירוקים, קצוצים
4 ביצים
3 כמות קמח
% כמות מלח
קורט אגוז מוסקט
קורט מלפל לבן
3 כמות מיץ לימון טרי

ההכנה:
משמנים היטב תבנית קפיציית
קטנה (22 ס"מ) בגבינה בחמאה
או במרגינה. וורים לחובה את

פירורי הלחם ומגעונים את
התבנית כך שהבוסה בפירורים
שולחים את התבנית
למקור, להמתנה.
מתממים את התנור לחום
בינוני (160 מעלות).
ביונתיים, מכינים את המלית.
מניחים את הגבינה המגוררת
בקערה. מוסיפים את הגבינה
הלכה ובוהשים. מוסיפים את כל
יתר החומרים ובוהשים היטב.
יוצקים את התערובת לתבנית
עם פירורי הלחם.
מרמדים תבנית אחיה שטוחה
ברדיד אלומיניום. מניחים על
התבנית המרומדת את התבנית
העגולה עם הערובת הפשטידה
ומניחים בתנור. התבנית המרומדת
בנייר אלומיניום תדאג לך.
שהפשטידה לא תיאפה במחירות
- וזוהי בדיוק הכוונה: עליה
לשחות בתנור למחות שעה ורבע.
אם מני הפשטידה עולים מאוד
ונובע בת תריץ עמוק - לא
לדאוג, הפשטידה תדעך והתריץ
יעלם כמעט כשהתקור.
כשהפשטידה מוכנה ולבדיקה
- נועצים במרכז קיסם עץ
שצריך לצאת יבש. מכבים את
התנור ומתחמים את דלתו.
משאירים את הדלת פתוחה
חלקית ומניחים לפשטידה
להצטנן בתוך התנור. כשהיא
צוננת לחלוטין - מוציאים
ומצננים במקור. מנישים בחום
החדר או מתממים מעט מחדש
בתנור, בחום בינוני או במקורול.
חוסמות וגיוונים:
מוסיפים לפשטידה הבסיסית
אחד מהמרכיבים הבאים:
* 100 גרם אילנות מעושנת.

בעיות עיכול
עצירות, נפיחות
תן לטבע
לעשות
את שלו

אתה סובל מנפיחות,
נפירות, יש לך בעיות עיכול
או סתם מרגיש כבד - נסה
בקוניס. בקוניס מכיל
מרכיבים טבעיים טבעיים,
מקל על בעיות העיכול
והנפיחות.

משלשל עדין, עלים, נמס, טבעיות

החומרים:

לבצק:
1 1/2 כוסות קמח רגיל
1/4 כפית מלח
קורט מלח שחור
קורט מלח אדום חריפה
100 גרם שוורטלינג (שמן צמחי)
לאמפיה (או מרגרינה, או חמאה)
3-2 כפות מים קרים
למליח:
100 גרם נבנית אורדה
100 גרם נבנית קשה (צהובה)
פיקטיטי, מגוררת
2 שיני שום כתושות
3 כפות ריחן (בולינקים) או גר
(כוסברה) או פטרוסלינג טרי,
קצוץ (אי 2 כפיות יבש)
מלמל אדום קטן, חתוכה
לצבעות דקות
50 גרם נבנית קשקבל מגוררת

ההכנה:

לבצק: מניחים בקערה את הקמח, המלח, המלמל והפיקטיטי ומערבבים. מוסיפים את השמן ומעבדים בקצות האצבעות לתערובת פירורים גסים. מוסיפים את המים ואוספים את התערובת בבת אחת לכדור בצק. אין לעבד וללוש יתר על המידה. מניחים את כדור הבצק, מכוסה במלסטיק במקרר ל-20 דקות. מוציאים ופורדים לעלה עגול בקוטר 30 ס"מ. ומפרדים בו תבנית פאי בקוטר 25 ס"מ לערך.

למליח: ממורדים את נבנית האורדה ומפזרים על פני הבצק.

מפזרים מעליה את הנבנית הצהובה וזורים את השום הכתוש. זורים את עשבי החיבול ואת רצועות המלמל ומסיימים בגבינת הקשקבל.
אופים בתנור שחומם מראש לחום נמוך (200 מעלות) כ-20 דקות או עד שהבצק אפוי והמלמל מתעבט ומשחימה מעט. מצננים על רשת. מגישים חמים או ברום החדר.

שרין ירקות מעורר

משחימה מריחה בצורתה ובעיקר בתוכה. רצוי להגיש בפרוסות. כשהוא שלמה - המראה חבוי במים.

החומרים:

250 גרם אספרגוס טרי (או כמות שווה, משומר)
250 גרם קישואים כהים
3 גזרים בינוניים
גזר פטרוסלינג קטן
גזר שמיר קטן
3 ביצים
כוס מים, מלח, מלמל
קורט אגוז מוסקט

ההכנה:

מבשלים את האספרגוס במי מלח ואפשר להוסיף למים מעט מיץ לימון וקורט טוכר) עד שהוא

מתרכך. מסננים מהמים. חותכים את הקישואים והגזרים לאורכם לדבנים. מבשלים את הגזרים במעט מים במשך 10 דקות. מוסיפים את הקישואים וממשיכים לבשל עוד 5 דקות ביחד. מוציאים מהסיר ומסננים מהמים.
קוצצים דק את הפטרוסלינג ואת השמיר. מניחים אותם בקערה בינונית ומוסיפים את הביצים והשמן. טורפים היטב ומתבלים במלח, מלמל ואגוז מוסקט.

מסננים היטב תבנית מוארכת (כמו לעוגה אנגלית). רצוי לפרדה בדישת מלסטיק לאמפיה (קוקי). מסדרים את הירקות. תחילה שוכבה של קישואים, עליה גזר, עליהם את האספרגוס ושוב גזר ומסיימים בשכבת קישואים. יוצקים על הירקות שבתבנית את תערובת השמן.

ממלאים תבנית שטוחה במים חמים ומניחים בתוכה את תבנית הסיר. מכווים את התנור לחום בינוני-נמוך (170 מעלות) ואופים כשעה.

מוציאים מהתנור ומצננים את הסיר בתבנית. מגישים ברום החדר. אפשר גם לצלן לחלוטין במקרר, דבר המקל על ההסרה. אם יש מיקרוגל, אפשר לחמם כל מה בפרוסות, על צלחת התגשה. אפשר להגיש קר.
יפה להוסיף לסירין רוטב קל הכנה: מערבבים בביעל ונוגרת עם מעט מלמל אדום מתוקה ומעט מלמל לבן. יוצקים על הצלחת, לצד כל פרוסה.

פשטידת נבנית

יוונית

כאן כבר אי אפשר להתחבש למידה מסוימת של טיחה - אבל התוצאה הימנחה פריכה, משתלמת. טעים מאוד חם, מושר ואפילו קר.

החומרים:

100 גרם חמאה
4 כפות קמח
1/4 כוס חלב
מלח, מלמל לבן
400 גרם נבנית פטה
5 ביצים
100 גרם (תבילה) עלי בצק פילו
100 גרם מרגרינה

ההכנה:

ממסים 50 גרם מחמאה. מוסיפים את הקמח ובושלים היטב. מוסיפים את החלב בהדרגה, תוך בחישה ומבשלים עד שמתקבל רוטב סמיך מאוד. מוסיפים מלמל ומתבלים במלח ומלמל.

ממורדים את הנבנית ומסיימים אותה לרוטב החם. בוחשים עד



יוני שני יופי. שילוב של צבעים ומשקעים

מעין פשטידת

נבנית קרה

וריאציה לא מתוקה על עוגת הבניה הקרה. מראה מרשים ביותר וגם הטעם לעילא ולעילא. מנישים ישר מהמקרר.

החומרים:

100 גרם קרקרים
50 גרם חמאה. ברום החדר מלמל
500 גרם נבנית לבנה שמנה (9"*)
מיץ לימון שלם
קליפה מגוררת מ-1/2 לימון
שקית (14 גרם) ג'לטין טהור
1/2 כוס מים ורוחחים
כוס (מיכל, שקית) שמנת לקצפת

לעשור:

2 ענבניות, פרוסות דק
בצל ירוק, קצוץ
2 ביצים קשות, פרוסות

ההכנה:

מפורדים את הקרקרים (בתנור שקוץ מלסטיק שעליה עורבים עם מעורר). מערבבים אותם עם החמאה ומעט מלח ומלמל ומתקנים לתחתית של תבנית ברום החדר.

קפיצות בקוטר 22 ס"מ או פחות. מערבבים את הנבנית עם מיץ הלימון, הקליפה המגוררת, מלח ומלמל לפי הטעם.
מוסיפים את הלימון במים הרוחחים, מצננים לחום החדר ומוסיפים לתערובת הנבנית. מקציפים את השמנת לקצפת יציבה ומקפלים לתוך תערובת הנבנית. יוצקים לתבנית עם תחתית הקרקרים ומכניסים למקרר ל-4 שעות לפחות.
לפני ההגשה, מעטרים את פני המעדן בענבניות פרוסות, בצל ירוק ופרוסות הביצים. כשכל החומרים סדורים במעגלים על פני הנבנית, אפשר להוסיף גם שקדים קצוצים, אגוזים ועשבי חיבול - לפי הטעם.

פסגות עולים

פחית נבנית

הכי קל לגרר נבניות קשות במגירת משות. עד יותר קל לעשות זאת במעבד מזון (להשמש תמיד בגבינת קרת. אם היא אינה יבשה מאוד - כדאי אמילי לאחסן בהקפאה למשך 30 דקות לפני שמגוררת). אבל תראו איזה יופי של קישוט אפשר להכין מגבינת רצוי כזו שאין בה הרבה חורים אבל היא יבשה דיח, בעזרת קולמן ירקות משוט:



החברים את הנבנית לקוביות מוארכות. קולפים מכל קובייה מקשטים סלטים, מיני מאפה או מרקם.



שמן כמפכה. מריצין ילדים.



בסיס: פשטידת נבנית בטיח על מצע של בצק פריך. וריאציה המחמאה בסירור כאדום.

חדש
מ־AEG גרמניה!
מדיח כלים אלקטרוני FAVORIT 635
חסכוני יותר! שקט יותר!
צעד גדול לפני כולם!

7 תכנית משולבות,
לתפעול יעיל,
תכליתי ונוח יותר.

אפשרות חיבור
לברז מים חמים
לחסיכון בחשמל
ובזמן.

החיות מים
היקפית בשים
ה- VARIO,
הבלעדית ל- G

שסתום במחור
מונע חדירת
מי ביוז
לתוך המדיה.

15 שנות במו
שרות ע"י
(רק מי שבמו
כל כך באיכות
להציע זמחו)

נכין באומה
 (הציע מחנו).

AEG

מסורת ואיכות

מסורת של איכות!

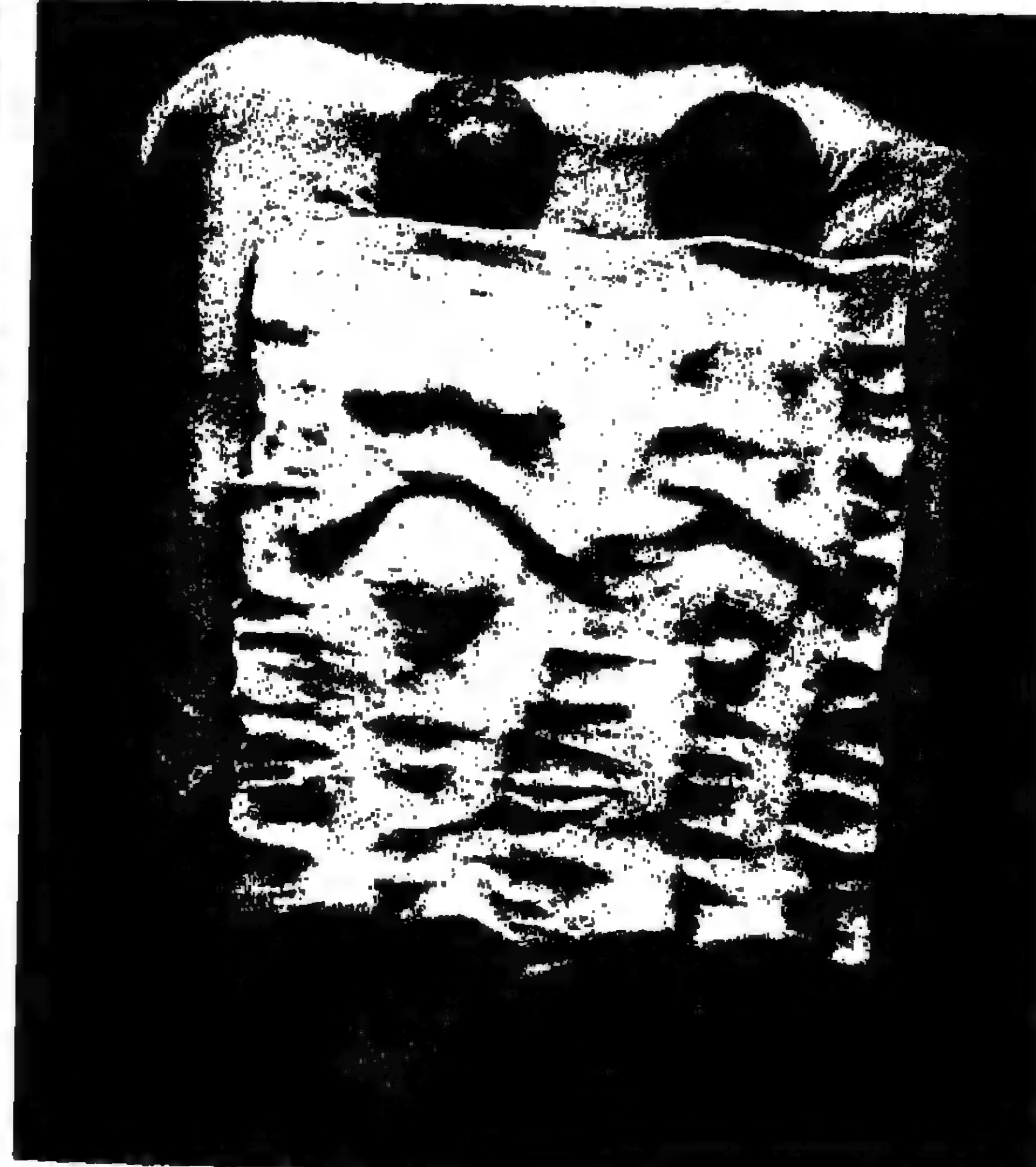
יִיבֹא וְשִׁיחֹק בְּלֵעִי: אֶלְקִטְרוֹ, וְיִסְטֹחַ בָּעֵץ

היה
אד"ר
דח
בית
של
מקום
ידוע
ד תא
שמו

שומר
כלי
גם זאת
פירל
יצותי



תלמה אדמון



מה קורה
מתחת
לסדין

לאח מרזו מן השמות
בזמן. מלכות ירושלם
שחלל האסטרולוג מיריחור הוא
שחלל שלח אסטר. נכשיו יצאה
מלזו מינע ע ספר שלש
(הנחזה עמית), ישירות חיבור
ח. וחי. וחסדן כל היתר.
הדמות תהיית הדכות של מינע
משחקות העם בע. וחסדן,
סדן, חסדן. וחסדן
הנחיש כל שדמות אחי
הנחשכות הנחזה בחסדן.
הדמות של מינע.
גדול אחי. מצרית מעל נח
ובחסדן אחי. שדמות
ועתה. ע. כ. בית סב. בזה
דקש ע. תחנה ע. גדרותיה.
למי ע. בית סב. סימנה מלזו
מינע אחי חסדן שמעון מלזו

בשונה הראשונה של תלמידי
אמר מרוב לאחד סמלים. היקוס
שלה הדיבור, בזכר הדיבור
תחתונה הוגיעה בתורה
ביותר, עם אפשרות לתוך ביטוי
לצורת תחדישו ביות. "עם
היום", ואז אומרת, "בונים, לא
מקיימים".

מדת זכויות מופיעה לאשונה
מדת גברית ביצירה של מלך
מיני, ומתחת לסידן, בלור
מבדחת, כח מתחזקת אהבה.
קקדורת רוקחם במחזיותיה, לא
כאם כעם
שמי רוצה להקטין. היקוס חזוק
אורי צמודה לרפואה, "אז
אומרת, "היקוס הוא אורי
ואדומתי". למי שמקלס שלה,
היקוסים הם משעשע.

1. לאה סגרו סיני: "כשאו רוצה לעוף".
2. היעילות עם החומר מחייבת מעורבות פוזאליה של כל כולל - אצבעות, עיניים, מחשבה, יצרים".
3. "חייבת נוח מסמלת בעיני את המאבק להיעדרות בעולם נשוא פורעניות".
4. "הסדין וכל היתר".

כירידתו המסיבית של הנדסאי החדש, מרדכי זאב, מנחה את המערכת לפרשנות את המצב הכלכלי של ישראל. "הנדיסאי החדש" הוא מרדכי זאב, 47, מנהל מחלקת המחקר והתכנון הכלכלי במשרד התעשייה והמסחר. זאב, שסיים את לימודיו באוניברסיטת תל אביב, הוא מהנדס מכונות ובעל תוא שני במנהל תעשייה. זאב, שנישואיו עם רות, 45, אינם יציבים, מתגורר עם שתי בנותיו, נעה, 17, ונמרוד, 15, ברחובות. זאב, שגילו של בנו נמרוד הוא 15, הוא מהנדס מכונות ובעל תוא שני במנהל תעשייה. זאב, שנישואיו עם רות, 45, אינם יציבים, מתגורר עם שתי בנותיו, נעה, 17, ונמרוד, 15, ברחובות. זאב, שגילו של בנו נמרוד הוא 15, הוא מהנדס מכונות ובעל תוא שני במנהל תעשייה.

[illegible][illegible]

איד' טאץ' ת.ד. 33044 תל אביב טל 255826



תזונה

תעשיות מזון מוצרי בשר ונקניקים

אחיד ואיכות תא תחרות!



כשר בפיקוח וטרינרי

תמז - דד' הרב הרצוג 7/8, לוד • טל' 08-228973

נלי שחק בופמן

האקדמיה מצדיעה לחיל האוויר



דד איבן פרידמן

ציון בדיאור, ממקד טייסת מסוקי תקיפה, שנחגג לפני כשנה במהלך אימוני קרב לבראור ול' היו שתי אהבות עיקריות בחייו: חיל האוויר וארץ ישראל. את אהבתו האוויר העמיק באמצעות לימודים אקדמיים ועסק רבות גם בצילום אוויר.

ד"ר פרידמן חיברה את התווים ונייטה לעניין את בכירי חיל האוויר ומפקדי החיל לשעבר ויחד עם אנשי האקדמיה יצרה מסגרת, שבה יקחו חלק מדי שנה חיל האוויר וטייסיו.

הגולף והאשה הישראלית



פיה וון דד מלם בחברתן שני מלכה חופ שירי קסמדי ונעה ישראלי דווח כה.

לעצמו מעדון הגולף של קיסריה הצלחה מרשימה בהיקף הצטרפותם של אנשי עסקים ישראלים למעדון האבסלוטיבי הזה. חברות במעדון כות חולכות יפה עם הפחה של הישראלי המצליח. אבל מקומן של נשות העסקים נשים בכלל במעדון זה הוא נעים ביותר. אם כבר יש נשים או הן בחוקת "נשים של..." נותנים אלה מפליאים בעיקר בשל העובדה שמשחק זה אינו דורש מאמץ גופני רב. כאן הדגש הוא על יכולת הריכוז והחשיבה.

לדברי אלון בידד, מנהל מעדון הגולף, משחק זה מתאים מאוד לנשים ומאז גברה המודעות שמגיל 40 ומעלה משחקי טניס וריצה אינם ספורט מתאים. הדי הגולף הוא הפתרון האידיאלי. מה שיותר חשוב זה שנושים מצליחות יותר מהם במשחק שצריך להשקיע בו מחשבה.

האם לכן הנשים אינם מעודדים את הנשים לקחת בו חלק? ייתכן.

על אינדיאנים וליברלים

דודון כבר אינו מובטח. אמנם, בין השמות האחרונים ברשימה, נמצא שם של אשה אחת אלמונית וזהו למרדכי יוכנסו הליברלים הנאורים כלי נשים וכנראה גם בלי צעירים חדשים ומבטיחים.

הנה, יש להם שם צעיר אחד בשם ע"ד דו אסולין הנשאר לבחור אותו רק בגלל עובדה אחת. כבר שנים הוא כותב מיוכרים ותוכנים לשירי האוצר השונים והנה הצעות ליישול המשק. הצעות שאף שר הרוצה לשמור על כיסאו לא יממש אותם - וכי מי רוצה לכוות את הענף עליו הוא יושב אולם כלכלנים, שניתחו הצעות אלה, אומרים

אלמוות ממהרות

דודון של אלמוות הולך ומתפתח בתל-אביב. וזהו, יפות, צעירות ובעיקר גם מאוד עשירות. האחרונה שבהן היא מירי וייסברג אלמנה של האדריכל יורם רסקין. מה שמיוחד אלמנה מסוג זה מסתובב אלמוות מסוכנת היא העובדה שחלק ממוכנותה במשפטים עם ירושת הבעל. הנה, למשל, רק חובא יורם רסקין לקבורה וכבר למחרת היום התפרסמה ידיעה בעיתונים כי מירי וייסברג הגישה בקשה לבית המשפט שימנה מנהל לעובדו של רסקין.

מה חדשות, אי אפשר לחכות למחרת עד גמר חשבעה ע"ד בני קריית, שמונה על-ידי בית המשפט למנהל חזמני של חנוכו, טוען שבמקרים כאלה אכן אין אפשרות לחכות. "מדובר בעסק עובד ובכדי שהעסק ימשיך להיות חי צריך לפעול במהירות. מדובר בסכומים גדולים, בזכויות חתימה על ציקים ויש חשש שקליינטים של המשרד יעזבו אותו. צריך להמשיך הכל כרגיל בכדי לשמור על הזכויות של חיוורשים. חזק מה את הבקשה לבית המשפט לא הגשת בשמה של חבתה וייסברג, אלא בשם כל בני המשפחה, בשם כל חיוורשים". לדברי ע"ד קריית, שהוא בדרך כלל מפקד של חברות בנייה גדולות, הגשות מיוקד כמו במקרה של רסקין הם צרות של אנשים עשירים בלבד.

פחד, פחד

סמך ידע אישי. כדבריו, על קיומו של הסכסוך חשאי בין שמעון פרס, שולץ ושורדנאור. לפני אם פרס ייבחר ב' למומבר לראש ממשלה "מובן מאליו ולא מן הנמנע שתוך 15 יום תיפתח ועידה בינלאומית" - ואז מי ישרור.

האמין ל"י, אומר אולמרט בלהט, "חבל מוכן, אני מדבר כדורן ידע אישי".

הקהל משתכנע בקלות, כי למחרת הבחירות תולך פרס לחסל את מדינת ישראל ולחת אותה על מגש לערבים ולרוסים. "הם (המערך) בעד נסיגה, בעד ויתורים, בעד חלוקת הארץ. המעם זה אפראטייוו". מעניין אם מישור וזכר מי ויתר

על סיני ומי הרס את ימית. מחרה ומחזיק אחרי אולמרט גימין נחמיה, שגם הוא אינו מתבטא באצילות ידע. מגנה את חופעות אנשי המערך במי יחדות ארה"ב וטוען: "הם עברו אלינו. למה הם חולכים לארצ'י. סנה, שקת, מנה, יחדות ארה"ב כבר לא שמאלנית. היא זה ימית". הן כדי מגלה נחמיה, כי הביטוי לכן הוא הסכף החדש הזרם לתנועת חירות.

כסף חדש יוש חיים בארצ'י הרוב כסף חדש, מיליארדים, מפורש לא מיליונרים, שהחלו לחת כסף לתנועת חירות. זה לא רק כסף חדש, אלא גם כסף ישן, שעזב את המשק ועבר אליהם.

חלונ

36

הורף, אנוניז נוספים לעלות במשקלן. ראשית, יושבים יותר בבית - ובמקום לזנוזות, מתנהלים במזון עתיר קלוריות. שנית, שבתות הבגדים העבות מפתות אותם כל הקלוריות העודשות. אבל עכשיו, עם בא הקיץ ורמת הביקוש, כדאי ואפשר ללמוד להתרחק מהמקור וההקשר שהגורם להם במשקלם. ראשית - היבטו למשטר. מיד הרחיבו פשוט למידת וחסנו את כמות האוכל. אבל את זה, כמובן, קל יותר להגיד מאשר לבצע. להלן כמה עצות שיעזרו לרדת ממסלול החליה. (העצות ניתנות כלשון נקבה, משום שמרבית "עושי הדיאטה" הן נשים, אבל ברור שהכוונה היא גם לגברים שביניהם).

תכנון מוקדם

הקדישי מזמנך לפני כשנשבעת כי תחנכו את הדיאטה ולקחת את המערכים השבוע הבא. קני אוכל מיד ככמות המספיקה לארוחת בוקר, צהריים, ערב וארוחת קלות, במשך שבוע ימים. ודא שקנית כמות שתחסוך ממך סיועלם חסמים למשקלם הקודם, כי במשך כזה, יתכן שלא תוכלי לעמוד בפני הגלידה, הממתקים ושאר המזונות שראוי להימנע מהם. כדאי להכין "רשימת חיסולים" ופירות שריים. להחליט לפני הארוחה עשרים דקות לפני שעת הארוחה, שתי כוס מים גדולה לפני פרי או דק עשירים בסיבים, כמו גור או תפוח. כך תחסכי את תיאבונך ותמנעו אכילה יתר.

אכילת נוחת

הקדישי לפחות עשרים דקות לכל ארוחה, והבטיחי עצנך מני הפרעת במהלכה. כשאת אוכלת במהירות, או עוסקת בפעילויות נוספות במהלך הארוחה, אינך מודעת לכמות שאכלת. במקרה כזה, כלי שתרגישי בכך, תצדכי יותר מהרדש ותרגישי כאילו לא אכלת דבר.

חלופות קלוריות לחסיפיים

לפני שאת מתגמלת על גביע גלידה ענק, חשבי מדוע את משתוקקת לו. האם את נאמת רוצה גלידה, או ששינוק אחר, בעל הרבה פחות קלוריות, יספק אותך?

כשתוקפי אותך חשק לחטיף, בדיק בדישה זו ומצא אלטרנטיבה דלת-קלוריות שתספק אותך. אפריים בתבליטו פריכים: אגוזים, גרנולה, כל הסוגים, חסיפי גבינה צחובת, קרשים, פופקון במיקרוגל. תחלישים פריכים: אגוזי טיה, פריכיות אורז, ירקות חתוכים, תפוחים, פופקון מוקפץ. אפריים בתבליטו מלוחים: בוסנים, תפוחי אדמה מטוגנים, צ'יפס.

מלוחים: פריכיות אורז, קרשים רלי מלה, כעכים, פריד סוט מלפפן חמוץ אפריים בתבליטו מלוחים: גלידה, גבינה 'ביר', מיטבל אבוקדו, חמ' את בטנים, מוס, שמנת תחלישים מלוחים: 'מתחלקים' רסק פירות, גבינה כחשה, מיטבל ולי-שמן, מוס, תפוחים, יוגורט רל שמן.

כושר, כושר

אל תניחי למצב רוח ירוד להיות תירוץ לא לחזק מל למרות שהתעמלות אירובית היא הדרך הטובה ביותר לעיצוב הגוף. ישנם סוגי ספורט נוספים למי שאינה רוצה או אינה יכולה להשתתף בקביעות בחוג אירובי.

בכל מעט שעלך לעשות מרחק קצר, ער שני ק"מ - לבי ברגל זה לא יגדול וכן רוב מברכה במכונית, ויעצב את הירגליים ואת הישבן.

בכל הורמנות אפשרית, עלי במדרגות במקום לנוע במעלית. אם המשרד בו את עובדת ממוקם בקומה התחתית, או מטה מזה, חזרי על השימוש במעלית.

החזקי משקלות קטנות ליד הטליוויזיה וליד המלפון. לאימון תרגילים ופריק וזריים בזמן צפייה במבט טרר, רט, או שיהיה משמעת עם חברה.

מי שעה במשך יום עבודתך, עשי הפסקת תרגילי ווסטא והתחלכי ברחבי המשרד במשך שלוש דקות: מדי הירגליים, ודועקת וגב. אם את נאלצת לשבת ליד שולחן עבודה במשך כל היום, הפעילי מדי שעה קבוצת שרירים שונה. כעשר בבוקר כווצי את שרירי הבטן, במשך שלוש דקות. שחררי חוזרי על כך עשרים פעם. לקראת שעות הצהריים, חזרי על התרגיל עם שרירי הידיים: בשעה אחת - כווצי את שוקיך בשתיים - את שרירי החזה. בשלוש אור הצהריים עבדי על ודועק תיך, ובשעה ארבע כווצי את שרירי הישבן.

פנקים דילקוריות

רוח הדברים הטעימים הם, למרבה הצער, משמנים. מה לאכול כשתחשק משהו וטוב, שלא יוסיף לך טימטרים לוסיקי נפח את הסימנים הבאים - בטננו האוכל המתאים לנוכחם.

ארוחות בוקר מרות - אפשר לסמוך על סיבולת שועל עם קערית יוגורט וקינמון: הכיתות עם רסק תפוחים: פירות כגנה חמות אשכולית מאורה ועליה ריבה דלת קלוריות: אפישיות מחיטה מלאה: בינועל עם גבינת-שמנת דלת קלוריות: דגני-בוקר עם חלב רות.

ארוחות ערב נפלאות לגיירה - רסאטוי, לוגיה עם ירקות על מצע מופנ, ספגטי עם רוטב עגבניות קל. כחשיל דגים, צרפות נוסח מנהטן, מרק מרוב.

תוספות קלות - צדפי למזון תוספות של עגבניות מאורות, חציל אורי, או מכחי ירקות מאורים עם פוריר.

הרזון

נעית שרמון תפוחי אדמה אפויים ממולאים בתרד ונענית רות ולעת אפירה.

יקטום להמירדון - הארוחות הטובות ביותר לגייר הדיטה להחיות בתפוחי עץ אפויים, או כבגנות שרדו עם יוגורט רל שמן; נידר תמרים: אנשים חלרי סט נוסב ודוממנות ומיץ תפוחים: שוקי דיאטה: נוח טיים - קויר, אנשים או מנדיניות.

10

מיתוסים על דיאטה

אין לא צריכה דיאטה, רק אוכל מרות - די הגיוני. להניח שאם תאכלי פחות, כאופן אוטומטי תורירי ושתשקלי, אבל זה מוטו לא נכון. חשבי על גוסר נל בטננו: כשאת מורידה את כמות הרלק שהיא או תצרכי המון, הגוף יאט את חילוף החומרים שלו וישחיק פחות קלוריות. נטקי לכך, מחקרים מורים כי כווצי אנשים צורכים פחות מ-1200 קלוריות ביום וישא, הם יאבדו מרקמות השריר ולא רק מרקמות השומן ושריר שוקל יותר משומן, אך נמח קטן יותר. לכן, יתכן כי למרות שהמאזניים יראו ירידה במשקל, לעשה חתי שמנת יותר, כגלל שאננו השרירים בגוף יח, והאנשים יעלה.

אין לפעול לירות בכוחות עצמי - רוב האנשים מניס לדבר על דיאטה, אך לא מרבים לעשות משהו כעיי. נס אם את מכירה את סוגי המזון המתאימים ואת הכמות הנכונה, לא יהיה לך קל להיכנס למשך של דיאטה, אם אין מי שיעודד אותך בשמירה עליה. מביד להניח שתתעוררי בכל בוקר ותבטיחי לעצמי לאכול ברוק לפי התכנית, אך תיטוגי מהבטחי וכן במשך היום. מדוע שלא תצטרפי לקבוצת שומרי משקל, או חקמי כעצנך קבוצה תומכת כזו את את שתייכת בפני קבוצה, משפחה ובפני עצמך - תקבלי את הקידור לו את זקקה.

עלול לא תאכלי בין הצהריות - למעשה, דיאט טיקים ממליצים כווצ על אכילה מלפטונים, גור, מר עס דלי קלוריות ומזונות נוספים ממוג, כדי להחזיק מעמד בין הארוחות. כך שאם את חובבת מושבעת של ישינושים, הביאי עימך למשרד שקית אכילה ות' ירשת תוכנים, כעזרתה תתגבר על פיתוי ממתיקים ושאר מבלים אסורים במשך שעות העבודה.

אפשר לאכול דגל, רק במנות קטנות - למרות שהדגל הגיוני, שאם נצמצם את הכמות שאנו צורכים נדד, לל, נשיל מעלינו כמה קילוגרמים. עדיף לא לל מניח גדולות יותר ממזון שונה מרגיל - עתיר לורד שטיין.



להסתכל במראה בעיניים

בבגרי הצמר החורשיים אכן קשה לראות שהוססת כמה קילוגרמים מיותרים. אבל את מרמה רק את עצך. סך, יסימי לב לעצת הבאות, להגברת יעילות החדש אותו. והשקלי כל בוקר, לפני המקלחת. אם גילית עליה במשקל, אפילו רק חצי ק"ג, רטני את אכילתך, עד שתחזרי למשקלך הנורמלי. הוצאי מהתפריט רטבים עתירי קלוריות, המפני ממזון מעובד, מפירות וירקות מסוגים ומחלום הלב. אם את מתעמלת בקביעות, יתכן שתעדיפי להסתמך על מבנה הגוף ולא על משקל. מרדי בכל יום את חיקי החזה, המצניעים והירכיים. התרחבות של שלושה מ"מ לערך מצריכה יום קיצון קלוריות. הקפירי ללבוש חמדי מרס לבוש אחר צמוד. והצדידי את גופך בחינה שוטפת. הכיסי בעצמך עידי מה מול המראה. את אוהבת את מה שאת רואה והמיי אי לעצנך על החליקים הנאים יותר, עבדי חוק יותר על החליקים המרות נפלאים.

חשיבה רזה

אנחנו זה נשמע מרד, אולם מי שתופס עצמו כאדם שמו, סביר יותר שיאכל יותר. דמיני את עצמך רזה, וצדידי למוח לעבוד על העניין. אל תמסיקי לומר לעצמך שאות התיבה, הוא התחילי להתנגד - ולאכול - כמו חתיבה. אם מישוד יציע לך מתוק, שאלי את עצמך האם אתם רזה היה אוכל אותו. צייני במדויק תמונה של גופך האידיאלי. עכשיו רבי ייני כיצד תרגישי עם הגוף הזה, כשתהיי לבושה, בבילוי במסע נפלא. חשיבה חיובית אודות גוף ישרפה תעזור לך לחשי את המטרה ולרדת במשקל. ■

מתוך ליידיס' חום גורול
הביאת דפוס: הדס מגור

10:10





מיפול

לאמי

ילדי האידס

מחלת האידס שגורמת לעשרות אלפי ילדים למות, מקנה גיף האידס באלבני שבעדילת ניריורק פתחו בשבילם לא מכבר מעין מיוחד, ראשון מסוגו בחלק זה של ארה"ב, שהיום כבר שוכנים בו 11 ילדים. המעלה, אלה מהם שהגניף שבעדילת "העורר", אין הרופאים קוצבים להם חיים מעבר לגיל ארבע או חמש. לגבי האחרים, אמרים המומחים, כי כשיגדלו - אולי "יעלה" הגניף מרמס. משהדבר יוכח בודאות, הם ימסרו לאימוץ.

המעין חוקם בידי מי שגם מחלת אידס, האחות ג'ויס, חשיבת למסדר דתי שהקים בעיר גם מעונות לטיפול בנערות שהיו מוחזקות לנישואים. הוא קרוי על שם חכמו מייסד המיסד, האב מיכאל פאנו, "מגן העניים" וחסידי חישל, ומעניק טיפול מסור ואחראי לילדים שבמו כל נפגעי הגניף, רגישים במיוחד.

שדות "נאמא"

חצירי לחוץ דיים. נעים מאד, אבל מה עושים טוב ששאלהם. בדיוק בשביל הרגע הזהמטי חוזם הקליס. חמקידו היחיד, להחזיק את הכנס צמודה לצלחת ובכך, לתת להם יד חופשית, להחזיק את הכנס, לטופים, חתול, טמחה על שכם וכדומה. חוצרת איטליה. המחזיר - 15 ש"ה, אצל טולמליס. ■

מית ברקוק

פרח

אפילו בכוס מים...

סידה סימן מחולין אוהבת פרחים וגם הם אוהבים אותה. מא 48, 3 ילדים, אחרי 25 שנות עבודה כמורה לטבע - פרשה לטובת תחביב שחפץ לעיסוק.

היא למדה סידור פרחים וכעת מעבירה את התורה במת"ס בקריית שרת ובעתיד גם בקאנטרי קלאב וב"אורט" חולון.

סידור פרחים אליבא דחסידי, מיועד לא רק למזמרים, אלא לאנשים שאוהבים פרחים וטוילים ותוך כדי שיטוט ברחבי הארץ מוצאים חומרים שונים המשחלבים בסידור. מי שרואה את הטבע רק מחלון המכונית - ייעור בחנויות הפרחים - סידורים מורכבים וחגיגיים בצד סידורים קלים, המורכבים ממרח אחד או שניים, פרחים חנוטים, פרחי כי ועד לזה כלה חדר - הומכים תחת ידיה האמונות של חסידת סימן למשימה אפשרית בחולט. לדבריה, "יותר לעשות סידור פרחים אמילו בכוס מים, יש רק להפעיל את הדמיון". ■



אחיד המסור, מעשה ידיה של חסידה סימן

כנס

לשחרר את היד

דווקא ביוםם טרופים אלה, אבל עובדה שאיכשהו הגענו גם לקיץ הזה והקיק, כיווד, מחמים למסיבות קוקטייל בגן/ על גג/ במרפסת/ על חוף. חסיטואציה מוכרת - עומדים בבגדי אק, על המרפס מודבק חיוך, יד אחת אחוזת בצלחת עמוסה וחשנית בכוס מלאה, זהו הרגע שבו רוצים לעשות לך הכרה עם מלונות/

א יודעת אם יש לכם סיבה מיוחדת למסיבות קוקטייל

הבריחה לבריכה הפרטית

הדגם המבוקש RIVA
קוטר 8.55 מ' x 5.00 מ' מי
כולל מערכת סינון
אבזורים וקווי הנדסה
מאובנים

איכון העסה בעים
מחירי בריאות וכושר

עודד 23 רמת'חו טל 775003 03 771151

לאופנת מבט
איחולים לבניים וחמש הצלחה
רוברטקט בע"מ
יערנים ויבואני בדי אופנת
חולצות גברים למידות גדולות ומשי בטיב
מקלות ובמחירים עממיים.
לפרטים נוספים: רחל רעון 19, תל-אביב, טלפון: 03-826592.
אופנת מבט מודה לכל מברכה ולקוחותיה.

לאופנת מבט
איחולם לאורך כל הדרך
עלו והצלחתו
"שמש"
יצירי בוחנות, מילונות וחלשות כללה
סימטת כית חבר 3, תל-אביב, טל. 681407

לאופנת מבט
חמש שיתוף פעולה
שגשוג והצלחה
טאחלים: אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת מבט
ברכות לבנות
אביגיל
יוצור טכסטיל והלכשה
חקישון 13, תל-אביב, טל 82413

לאופנת מבט
ברכות חמות לחמש הצלחה
טאחלים: כוכב יחושע
(אופנת עדי)
מרטל 19, תל-אביב

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
והמשך הצלחה
טאחלים: סגנון כפרי להריון
ומידות גדולות
חולת בימים 14, מרחוב
טלפון: 655588

לאופנת מבט
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת כציבא
יערני חולצות גברים
דוד יט, תל-אביב,
טלפון: 654821

לאופנת מבט
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת מבט
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת מבט
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת מבט
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

אופנת מבט

חוגגת 20 שנה

אופנת מבט מציעה חולצות גברים, ילדים ונער וכן מבחר חולצות גברים למידות גדולות מבדי דיאולן ומשי בטיב מקלות ובמחירים עממיים.
לפרטים נוספים: רחל רעון 19, תל-אביב, טלפון: 03-826592.
אופנת מבט מודה לכל מברכה ולקוחותיה.

לאופנת מבט
צדור ברכות וחמש הצלחה
טאחלים: RAY-ON
יערני חולצות גברים, ילדים ונער וכן מבחר חולצות גברים למידות גדולות מבדי דיאולן ומשי בטיב מקלות ובמחירים עממיים.
לפרטים נוספים: רחל רעון 19, תל-אביב, טלפון: 03-826592.
אופנת מבט מודה לכל מברכה ולקוחותיה.

לאופנת מבט
צדור ברכות וחמש הצלחה
טאחלים: RAY-ON
יערני חולצות גברים, ילדים ונער וכן מבחר חולצות גברים למידות גדולות מבדי דיאולן ומשי בטיב מקלות ובמחירים עממיים.
לפרטים נוספים: רחל רעון 19, תל-אביב, טלפון: 03-826592.
אופנת מבט מודה לכל מברכה ולקוחותיה.

לאופנת מבט
צדור ברכות וחמש הצלחה
טאחלים: RAY-ON
יערני חולצות גברים, ילדים ונער וכן מבחר חולצות גברים למידות גדולות מבדי דיאולן ומשי בטיב מקלות ובמחירים עממיים.
לפרטים נוספים: רחל רעון 19, תל-אביב, טלפון: 03-826592.
אופנת מבט מודה לכל מברכה ולקוחותיה.

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

לאופנת א.י.ה.
שאו ברכות חמות
לרגל חגיגות ה-20
והמשך שיתוף פעולה
אופנת לונדון
אריה לונדון
חבר 11 חיה
טל: 04-64293

10:15

ד י א ב
ב א ג ד

רבים את שאריותיהם את המגנסיום ואת
האבסורבנטים שלהם. הנייטרונים, שמקורו
המובחש באיזוטופ קורנליו – ואולי
יותר קטנה.

השני שימושה קוראת אל כל קטעי
התא המכונים אורגניזמים ושושנים או
תת-אטומים גדולים. אם יכלולו או נבדדו,
הם יהיו אחד כל כמות רבועים במסלול
הם השונה בה מניחיתם אל תחילת
שורת. התוצאות האבסורבנטים בניה
הייחודית, כמות חלופה, המשיכה של
הכלי, כאשר ריבועה נכנסת למסלול השני
רץ שלה – יפה הדוקה בקנה סוף. במז
ערכה הנאה של תרומה מלכותית, היא
תוליעה קורא בקיסרות, הגרבת המדולה
הכלי, כאשר בחדר פין תהכה את בדי
לח למעשה השני.

אכל או נכנסה למסכה שזה פסג' פסח. (כמו בכל אופרות הסנוב הטובות ביותר, יש גאון שני גיבורות "התחילו" כי הם לוחשים סימבוליזם). צ'אפלס, "התחילו" בוד לשעבר, נראה עכשיו קצת כמו דמות מסתתרת - אדם המשתתף לא מצויים במסגרות. בהמשך, כחמש עשרה שנים לאחר מכן, נראה שיש להם דמיון. חזרה על הדמיון הלתי פורמטלי מכ' וזנות מראשון באקטורס - יחלסם חזרה הזה מראשנה המיתית, לטובת ריאנא המיתית.

[illegible]

וסיבה דיאנה באור
הזרקורים. כך רוצים
לראות אותה בארמון.

3

יום שישי בארמון קנסינגטון -
מקום מגוריה העיקרי של ריאנה
האלמן - מתחיל בשבוע בוקר, כאשר
הנסיכה מתחילה ונוסעת לארמון באר
קלונד לשחיית בוקר. כשהיא חוזרת
מסערה, הנסיכה מציגה דגמי כבד לבי
שם לאחר שיוכלה של דרת וולאס,
אשתו. אחרי ארוחת בוקר מסמכת,
ועתה שומר ראש ממע את ויליאם
לפני הספר והאסרי היוקרה, ואת הארי
לשם.

דיאנה נהנית גם מכלס ומג'אס, אם כי
נאלצה לקצץ בכמות השיעורים, בגלל
טאני וב טורדניים. הכעיה החלה ע
לידתו של הארי, ב־1984, והתמיר
בעקבות העקבים הגבוהים שריאנה אוח
מז לנעול, ובעקבות התעלמותה מעצ
השוממים בדבר האופן בו עליה לשא
את ילדיה.

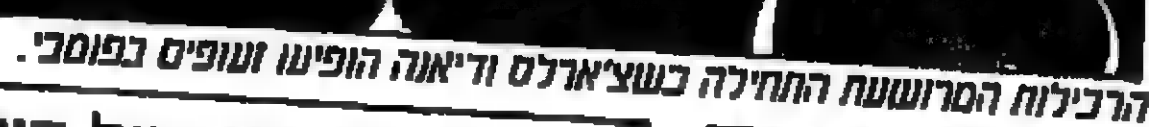
שנה אחרת הם.
 דיאנו מצפה בשקיעה לימים הנרדים
 בהם יש לה רק עקבותיו בלתי נכונים ונכסיו
 כערב — אז היא יכולה לאתחל צאת קני
 ות, עפקים, הסככה מוגשת את ידיה
 לאורחות צהרים כבתי המסעדות הלובי
 הוויית המוכרות, כנאח הארץ מועדת
 בחור, היא מתארחת בבתי ידיה. אולי
 כל פשוט — פסטה ומלח — וישתה קול
 חת. הבהירה אנשים הנוטים לאינס
 לקטואלים — ליפילוסופיה לעיתים
 קרובות דיאנו מפתח את את השם
 רים הטריים את התפיסות אורחית
 כעתונות. יש כגישות האלו הם את השם
 רכילות על הכרס, והוא בריחת לאח

אם נקבעה לה מחויבות רשמית נוספת, לשנות הערך, האומנת וקוחת את ילידה בשעה חמש, כדי שתספיק להיכונן. הספר שלה, ריצ'ארד רלסון, חוזר לסדר את שיערה, והיא מתאפרת בעצמה, ובשעה שש וחצי לערך, היא נותנת לילדה ילדה נוסף לילדים.

בית הקיט שלה
אורח החיים בהיגרו - האמונה המל" -
הוא... את חומי הש" -

כותית בה מכלים בני הזוג את סוף השבוע שלהם - הוא הרבה יותר רגוע. מה? דר האוכל נשמעים צחוקים עליזים ושיחות עירניות.

ארץ חתום תהיה
וזו מנחיהם של צ'ארלס וריאנה בארמון
קאנגרסו, שטרער על פני שלוש קומות. הוא
כולל חדר הסנה, חדר מוסיקה, חדר אוכל, מטבח וחד
ים לצוות העובדים. חדר הסנה הראשי הענק כולל
מיטה שלוש מלכודות. צ'ארלס הוא בארמון באקטוריה
החדשה של וריאנה במסות טפטפים בחולות הבריים. ותיק
האוכל משיב בית הספר, עליו כתוב: "סנטור", יוצא
על צדן החלק. כימיה חזונית, תולדות ארץ, תרגום
רוח ביהושע שמש בקסם התחנה שטרענות של
צ'ארלס.



ש מ: חד מלכותה דיאנה מרגנס, הגסיכה מוויילס.
תאריי: הגסיכה מוויילס, הדוכסית מקורנול,
הדוכסית מרוטסאאי, הדוכנת צ'סטר, הדוכנת מקריי.
תאריך לידה ו' ביולי 1961.
מצב משפחתי: נשואה, אם לשני ילדים - ויליאם
ולילי ודגני, הידוע כהארי.

גרסה 1.7.5
 מידות: 87*60*87
 מידת יציגים: 9 צר
 מעצב: אומנו ויזמר ארלשטיין, עמנואל ברום
 אולדס: אורי אביבי, גימט קרנ, אינור דנאלי
 מעצבים מרטינס דאלי לרד, קנז, מבחן.
 גרנים חתומים מש אדור מוקרטני בלונדון, ע"י
 צוביס של האדריק קוקלס "האדריק וינס"
 אנקס: א'רלס בלדון, האדריק קוקלס, פנור, לר
 איס מרד תמיד נוסחא אנקס יד לעולם כל חיק
 כולם

נעלים צ'ארלס מלרד, פראסטאן בורן בלד
נה אותו בחמישים.
קוסמטיקה קליניק, ירוח.
בוסס וירויסימו.
הצאות: בערך 56,700 דולר לשנה, אבל רוב השמ
לוח בקנות בבריטניה.
מבזבזות מרד סיירה, ג'ואר XJ-S.
שמות בדיים (עם צ'ארלס) ארון וגברת צ'ארלס
צ'סט, ארון וגברת הדי, ארון וגברת מית. כמו כ
והנים למען לצארלס בשם "הרחק מימרי".

כשיראהו ראוהו את הייגרו לראש
נה, באוקטובר 1980, שגאה את הבית
ותו היה קרד ומרווח רק למחצה, אבל
היא חיומה את המעצב דרלי פולמאן
להבנין בית לבית בערות גבוה. המסל
שוהא ארבעה עותה, הקירות ומיפה המ
דרות צבעים עדין, חור, חור המה
ויס צהוב, חור המסכה ירוק בהיר, וחור
אחל ירוק, קירות חור השנה מצומים
עסמים ודרים עיטורים צינים כ
רוק וחור, כיום, יראה קדאת להייגרו
ותה מלחמה.

(ה'משך בעמוד 42)

30

במפקד האם - ד"אנה
נייטסה סאוד.

ק
נ
ה
לוח
מ
ש
צ'ס
נורג

בית הקיט שלה

אורח החיים בהיגרונו - האחוזה המלכותית בה מכלים בני הוג את סופי השבוע שלהם - הוא הרבה יותר רגוע. מחר ירד האוכל נשמעים צחוקים עליונים ושיחות עירניות.

133802



1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 26

هكذا من الأفضل

עס, ממאנצן צו פארשטעלן זיך ווי א
באנעטער פארשטעלער, שמועסן
אדער א חולה באיינס. האמאד
באיינס דברים להנשט, אבל
אזוי וועגס דער חולה, און
באז אחר - של מעורר מחדש
שמועס מוקיות און קודם
צו ביל משפט שאסא אחר
המאנצן. וואס, כשי"ד מיל
ערוקס בכל זאת מאנא און
לדעס, וואס צו לחתרתם.
סוף, וועגן פשרה האמרת.

אֶרֶצְנוֹ וּמִבְּלָדָן, וְאֵלֶּה הַנְּשִׁים
בְּמֵת יִתְחֶה שֶׁנֶּשְׁמָה אֲחֵרָה הִנָּחֵה
מִתּוֹתֵמַחֶת שֶׁנֶּשְׁמָה בְּצֶרֶת, בֵּית הַדָּר
הַזֶּה כֹּהֵל בְּהַגְדֵּלוֹת וּמוֹתֵיחוֹת
לְאֵי שֶׁלְּבֵי הַסֵּם, אֲחַת עֲשׂוֹת
כִּבּוּר בְּחֻתְמֵהּ יִתְחֶה כִּבּוּר אֶבֶר,
לְחִידֵי שֶׁנֶּשְׁמָה בְּצֶרֶת בֵּית
יִמִּין, חֵיבָה שְׁבַת הַתְּבִירָה, לְמֵאֵלָה,
לְמַחֲשֵׁת אֲחֵת שֶׁנֶּשְׁמָה לְקִי
וּמִבְּלָדָן, הַיְּבִית לְמֵאֵלָה,
נֹסֵעַ אִתָּה אֲרוּסֶה חֲדָשׁ אֲדָה
שֶׁנֶּשְׁמָה אֲרוּסֶה אֲמִיחָה, וְאֵלֶּה
רַע, בֵּית 33 הַבְּחִיטָה אֲחֵת אֲדָה
לְחֻמְבְּלָדָן בְּכִשּׁוֹר טוֹב - או
שֶׁלֹּא תִשָּׁע בְּלֵל בְּכֹחַ אֵל הַמֵּל
קוֹם, לְחֵיבָה אֲחֵת בְּמֵת בְּיָמֶיהָ.

יש לו הספק אדיר, לרמב"ד אכן
הוא שנוי נכבד. ומה שכתבתי
שלם נגמר: בהיותו לפני
העם שאלוהו מקדש לעשר
מקדו הריבית של עיניו העו
בבטנת חייביותו בהן הוא מכ
בשבב פעם תלוייה ומפיהו
נת אחלה על זרועו. והענין
הקדמות הורה אחת, לגילוי
הענין, אבל זה שכתבתי שלם
הספיקו להגיע לכל ענינו העו

71

אספסוף סדירה למסחר
מטענות ומגדלי בשר
מסלול 60 שוק עליה חת
372807

עלו והצליחו
מאתלים:
משדר וסימטה ותיירות
חול חולת בגימין 52 וז"א